

LYNN GRABHORN

Secret

NEW YORK TIMES BESTSELLER

ÇEKİM YASASI



Çekim Yasası Secret

Lynn Grabhorn

Genel Yayın Yönetmeni: Engin Uğur

Editör: Ahmet Seyrek

Çeviren: Suat Kadioğlu

Bilgisayar Uygulama: Befrin Akan

Kapak Tasarım: Deniz Karatağ

BASKI - CİLT

MELİSA MATBAACILIK

Çifte Havuzlar Yolu Acar Sitesi No: 4

Davutpaşa/İstanbul Tel: 0 212 674 97 23

Sertifika No: 12088

Topçular Mah. Rami Kışla Cad. Aydınlar İşhanı Arkası Bina

No:00 11 2. Blok Topçular-Eyüp/İSTANBUL

Tel: 0212 221 73 96-97 Fax: 0212 220 07 96

www.noktakitap.com.tr / e-mail: info@noktakitap.com.tr

İletişim ve Pazarlama: Nail Yurtseven 0532 571 21 44

ÇEKİM YASASI SECRET

LYNN GRABHORN



www.kalipsoyayinlarilux.com

İÇİNDEKİLER

BİRİNCİ BÖLÜM

Bu Karmaşa Nereden Çıktı 7

İKİNCİ BÖLÜM

Sihirli Perimiz 25

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Hayır, Hayır, O Değil (Birinci Aşama) 41

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Evet Evet! Şu, Şu ve Şu! (İkinci Aşama) 59

BEŞİNCİ BÖLÜM

Ah Şu Koşullar! 75

ALTINCI BÖLÜM

Evet; Hissediyorum (Üçüncü Aşama) 91

YEDİNCİ BÖLÜM

Güç Sizde Artık! (Dördüncü Aşama) 107

SEKİZİNCİ BÖLÜM

Para! Para! Para! 121

DOKUZUNCU BÖLÜM

İlişkiler ve Diğer Hazinelel..... 137

ONUNCU BÖLÜM

Yaşayan Beden, Ölen Beden..... 153

ONBİRİNCİ BÖLÜM

İyi Olma Meselesi..... 167

ONİKİNCİ BÖLÜM

Keşfe Otuz Gün Kala..... 179

EK

Nasıl Başardılar..... 193

BİRİNCİ BÖLÜM

BU KARMAŞA NEREDEN ÇIKTI

Hayatta sahip olduklarımızı nasıl elde ediyoruz? Neden bazı insanlar her şeye sahipmiş gibi görünürken bazıları çile çekiyor? Neden yolumuza engeller çıkıyor? O küçük çocuk bu kadar erken ölmek zorunda mıydı? Neden o adam terfi etti de siz edemediniz? Neden herkes refaha, mutluluğa ve güvenliğe kavuşamıyor?

Hayatta hep daha fazla mutluluk arıyoruz ve tıpkı milyonlarca insan gibi biz de kişisel gelişim kitaplarına başvuruyoruz. Madem bu kitaplar gerçekten de başarılı ve mutlu bir yaşamın sırlarını biliyor, neden sürekli yenilerine gereksinim duyuyoruz? Evet, bazıları “daha iyi bir yaşam sürme”ye ilişkin ipuçları verir gibi oluyor; ama bugüne dek hiç kimse bu kitaplar sayesinde çok mutlu olmadı. Bu kitaplar çok şey değiştirmediler. “Belki de seçtiğimiz kitap yanlıştı” şeklinde mantıklı açıklamalar buluyoruz. “Başka bir kitap deneyelim bakalım.” Ya da başka bir din. Başka bir meditasyon. Veya başka bir öğretmen, psikolog, doktor, ilişki...

Her yerde, günlük hayatın sıkıntı ve mücadelesinden kurtulmamızı, biraz rahatlamamızı sağlayacak bir çözüm arıyoruz. Çoğumuz için bu arayış hiç bitmiyor. Peki neden? Neden iyi bir yaşam sürmenin basit sırrını keşfedemiyoruz? Neden sürekli istediklerimizi elde etmek için sağa sola saldırıyoruz? Neden gerçek arzularımıza ulaşmamızı sağlayacak anahtarın, hayatın kendisinin içinde saklı olduğunu anlamıyoruz?

Eğer siz de hayatta istediklerinizi şans ya da tesadüfler sayesinde veya varınızı yoğunuzu ortaya koyup büyük engeller aşarak elde edebileceğinize inanıyorsanız, hazırlıklı olun. Bu kitap inancınızı sarsabilir.

Muhteşem Jessie

Yıllar önceydi. Çekim Yasası konusunda henüz hiçbir fikrim yoktu. Arkadaşım Mindy ısrarla beni bir Küçükler Ligi oyununu izlemeye davet etti. Oğlu Jessie de oynuyordu.

Oyunu izlemeye gelen izleyici kalabalığını görünce şaşkına döndüm. Herkes çılgınca bağırıyor, alkışlıyordu. Sıra Jessie'ye gelince alkışlar daha da arttı.

Jessie ufacık tefecikti. Ama boyundan büyük atışlar yapıyordu. Dört kez üst üste son derece başarılı atışlar gerçekleştirdi.

Oyundan sonra onun yanına oturdum. "Jessie, bunu nasıl yapıyorsun? Bu kadar muhteşem atışlar gerçekleştirmeyi nasıl başarıyorsun?" diye sordum.

"Bilmem," dedi Jessie, takım arkadaşlarına el sallarken. "Atış sırası bana geldiğinde, başka hiçbir şey düşünmüyorum ve ne olacağını hissediyorum. Sonra da atış yapıyorum işte."

Ben o zaman farkında değildim ama Jessie aslında Çekim Yasası'nın temel ilkesini tarif ediyordu.

Jessie bugün güzel karısı ve iki çocuğuyla mutlu bir yaşam sürüyor. Bilgisayarı aracılığıyla yatırımlarını kontrol ediyor. Başarılı bir beysbol kariyeri var. Nasıl mı bu kadar başarılı oldu? Hissederek. Sadece düşünerek değil, hissederek!

İnsanlık Hali

Hepimiz çok akıllı olduğumuz için mi bu kadar zor bir hayat yaşıyoruz sizce? Atomu parçalayacak, Ay'a gidebilecek, Taş Devri'ni yaratabilecek kadar zeki olan insanoğlu, hâlâ birbirini öldürüyor, kalp krizi geçiriyor ve açlıktan ölebiliyor. Bu çok saçma değil mi? Neden böyle bir çelişki, böyle bir karışıklık yaşanıyor? İnsanlık hali denen şey bu mu yoksa?

Çok uzun yıllar önce, güç sahibi olmak isteyenler gerçeklikle ilgisi olmayan fikirler atmışlar ortaya. Hayatımıza ilişkin koşulları bizim kontrol edemeyeceğimizi, bizi başka güçlerin yönettiğini söylemişler. O zamanlar herkes buna inandığı için biz de şimdi inanmaya devam ediyoruz.

Bu nedenle anne babalarımız, büyükanne ve büyükbabalarımız, onların büyükanne ve büyükbabaları, kısacası tüm insanlar binlerce yıl boyunca hayatın gereksiz talepleri yüzünden mücadele etmişler, savaşmışlar, üzölmüşler, beklenmedik ve apansız bir şekilde ölmüşler. Bunun "insanlık hali" olduğuna, talihsiz gerçekliğin bir parçası olduğuna inanmışlar.

Oysa insanlık hali denen şey bir mittten başka bir şey değildir. Buna gerçeklik adını biz veriyoruz.

İşin doğrusu şu: Biz "hayatımız" denen şeyi değiştirmemizi sağlayacak kutsal bir güce sahibiz. Hem de her yönüyle! İstisnasız! Ailemizden delinen ozon tabakasına kadar her şeyi istediğimiz yönde değiştirebiliriz.

Peki neden onca kitap istediğimiz şeylere nasıl sahip olacağımızı, nasıl zengin olacağımızı, başarıya nasıl ulaşacağımızı, olumlu düşünme yoluyla nasıl güç kazanacağımızı anlatıyor da bize bu karışıklıktan nasıl kurtulacağımızı söylemiyor? Cevap çok basit! Çünkü bu kitaplar hayata ve yaşamaya ilişkin en önemli anahtarı göz ardı ediyorlar:

Düşünceyle değil duyguyla yaratırız!

Çok doğru. Sahip olduklarımızı hissederek elde ederiz; her şeyi yerli yerine oturtmaya veya zihinlerimizi kontrol etmeye çalışarak değil. Her trafik kazası, terfi, mutlu ya da hüznü aşk hikayesi, dolu ya da boş banka hesabı, fiziğin temel yasası sonucunda oluşuyor: Benzerler benzerleri çeker. Biz de elde etmek istediklerimiz konusunda ateşli olursak, büyük bir bollukla karşılaşabiliyoruz.

Yeni araba mı istiyorsunuz? Oldu! İşinizde başarılı olmak mı istiyorsunuz? Oldu! Borcunuzu kapatmak mı istiyorsunuz? Daha fazla para kazanmak mı istiyorsunuz? Güzel bir ilişki yaşamak mı istiyorsunuz? Korkusuzca yaşamak mı istiyorsunuz? Tatmin edici bir yaşam mı sürmek istiyorsunuz? Sağlıklı, özgür ve bağımsız olmak mı istiyorsunuz? Eğer bunları nasıl gerçekleştireceğinizi hissedebiliyorsanız, hepsini oldu bilin!

Çekim Yasası -benzerler benzerleri çeker- kesin bir yasadır ve kişiliklerle bir ilgisi yoktur. Kimse bu yasanın dışına çıkmaz, çünkü bu evrenin yasasıdır. Son zamanlara kadar bu yasanın bizim için de geçerli olduğunun farkında değildik o kadar. Başarılarımızın ve başarısızlıklarımızın arkasında bu yasa vardır. Kazalara ya da ölümlere neden olan şey budur. Yaşamımızın uyanık geçen her anını bu yasa yönetir.

Eğer yaşamımızı değiştirmek istiyorsak, daha fazla bolluk, sağlık, güven veya mutluluk istiyorsak, duygularımızı manipüle etmeyi öğrenmemiz gerekiyor. O zaman önümüzde çok daha zengin bir dünyanın kapıları açılacaktır.

Bize Tersten Öğretildi

Çoğumuz hayatta elde ettiklerimizi nasıl elde ettiğimiz konusunda fikir sahibi değiliz. Birincisi, istediğimiz ancak elde edemediğimiz, hatta elde etmeyi umut bile etmediğimiz şeyler uzun bir liste halinde uzanıyor. İstemediğimiz, ancak cesaret kırıcı bir düzenlilikle gerçek olan şeylerin listesi ise daha da uzun. Bunun için kimseyi suçlayamayız. Bir şeyler bize tersten öğretildi o kadar.

Belki de bize öğretilen en yıkıcı şey; hayatın önüne geçil-meyen ve Kader adı verilen koşullar dizisinden ibaret olduğu. Doğduğumuz aile ve büyüdüğümüz ortam hep kaderin bir parçasıdır. Eğer zengin bir ailede doğmuş olsaydık, şanslı adde-dilecektik. Fakir bir ailede doğmamız, kaderimizde mücadele etmenin olduğunu gösteriyor. Mutluluğu bulmuştuk, Bayan Şans'ın eli üzerimizde demektir. Sarhoş bir adam tarafından ezilmemiz ise kötü kaderden başka bir şey değil.

Bize çalıştığımız sürece edineceğimiz eylemin sihirli söz-cük olduğu öğretildi. Yap, yap, yap; çalış, çalış, çalış, didin, terle... Sonra, şansın yardım ederse istediğine kavuşursun.

Gereğinden fazla iyiniyetli saygıdeğer büyüklerimiz bize her zaman tedbirli ve savunmacı olmayı öğretiler. "Ağaca tırmanma yavrum, düşersin", "O çirkin şeyi giyme canım, in-sanlar güler sana", "Kapıyı kilitlemeyi unutma, eve hırsız gi-rer sonra." Sonunda bütün hayatımız dikkatli olmak, tedbirli olmak, güvende olmak çevresinde kuruluyor. Bu savunmacı yönümüz bizi esir alıyor.

Bizi gerçek potansiyelimizi yaşamaktan alıkoyan en büyük engel çocukluk günlerimizden geliyor. Çocukluğumuzda bize her şeyin hatalı ve kusurlu yönünü aramamız öğretiliyor. Bu işimiz, arabamız, ilişkilerimiz, giysilerimiz, görüntümüz, sağ-lığımız, eğlencelerimiz, çocuklarımız, hükümetimiz, gezegeni-miz, hatta arkadaşlarımız açısından bile geçerli. Ancak dünya-nın büyük bölümü neyin doğru neyin yanlış olduğu konusunda uzlaşmaya varamıyor. Bu yüzden savaşıyoruz, grev yapıyoruz, gösteriler yapıyoruz, yasalar koyuyoruz ve psikiyatlara gidi-yoruz.

"Hayat bu," diyebilirsiniz. "İyileriyle, kötülerile, inişleriyle, çıkışlarıyla kabullenmek zorundayız. Tedbirli olmalı, çok çalışmalı, her ne yapıyorsak doğru yapmaya çalışmalı, gözlem-ci ve dikkatli olmalı, umut etmeliyiz. Evet, hayat bu işte."

Hayır, hayır, HAYIR! Gerçek hayat bu değil. Artık kendi dünyamızda sahip olduklarımızı, dolu ya da boş banka hesap-

larımızı, zevkli ya da sıkıcı işlerimizi, iyi ya da kötü talihimizi ve bu arenadaki her şeyi bizim yarattığımızı görmenin zamanı geldi.

Bunu nasıl yapıyoruz? Gülmeyin ama... Her şey... Nasıl titreştiğimize bağlı.

Bak, Anne, Titreşiyorum

Bu evrendeki her şey enerjiden oluşuyor; siz, ben, kaya, masa, çimenler. Enerji de titreşim demek olduğuna göre, bu var olan her şeyin titreştiği anlamına geliyor. Her şeyin! Buna siz ve ben de dahiliz!

Günümüzde fizikçiler sonunda enerji ve maddenin tek ve aynı olduğu konusunda uzlaştılar. Bu da bizi başladığımız yere götürüyor: Her şey titreşiyor, çünkü her şey –siz görseniz de görmeseniz de- enerjiden oluşuyor. Saf, hiç bitmeyen enerjiden oluşuyor.

Ancak tek bir enerji olsa da, bu enerji farklı şekilde titreşiyor. Tıpkı bir müzik aletinden çıkan sesler gibi, kimi enerji hızlı kimi enerji yavaş titreşiyor. Ancak müzik aletinden çıkan tonların aksine, bizim içimizden çıkan enerji yüksek derecede şarj olmuş duygularımızdan geliyor ve yüksek derecede şarj olmuş elektromanyetik enerji dalgaları yaratıyor. Bu bizi güçlü, yürüyen mıknatıslar haline getiriyor.

Bu güzel bir şey, ama kimin umurunda? Hayatta neden bu kadar çok mücadele etmek zorunda kaldığınızı mı merak ediyorsunuz? Cevabı biliyorsunuz zaten. Eğer hayatınızı istediğiniz yönde nasıl değiştirebileceğinizi öğrenmek istiyorsanız, bu konu üzerinde daha fazla durmanız gerekiyor. Çünkü her gün her saniye dışarı gönderdiğiniz elektromanyetik titreşimler, hayatınızda ortaya çıkan şeyleri yaratıyor. Hayatınızda yaşadığınız iyi, kötü, büyük, küçük her şey bu titreşimlerin sonucu. Her şey! İstisnasız!

Düşük Frekans, Yüksek Frekans ve Çekim Yasası

Otuzlu yıllarda, Doğu'da iki kişi düşüncelerin somut olarak gözlemlenebileceklerini iddia ettiler. Bu savdan yola çıkarak farklı türdeki düşüncelerin ayrı ayrı titreşimler yarattığını kanıtlamaya çalıştılar. Bunun üzerine, düşünce titreşimlerinin fotoğrafını çekip çekemeyeceklerini görmeye karar verdiler. Yaptılar da; bunu çelik duvarlar aracılığıyla gerçekleştirdiler. Bu deney o zamandan beri defalarca tekrarlandı.

Bu kişiler belki daha da önemli bir şeyi kanıtladılar. Düşünceyi gönderen kişinin düşünceleri ne kadar duyguyla yüklüyse, resmin o kadar net olduğunu gördüler. Onlar, düşüncelerimize bağlı bir manyetik enerjinin olduğunu ve düşüncenin duygular tarafından itildiğini kanıtlayan belki de ilk insanlar oldular. Ancak onların kaçırdığı bir şey vardı: Gönderdiğimiz titreşimsel dalgalar (duygular) manyetik olarak yüklü olduğu için, biz yürüyen mıknatıslarız ve aynı frekansta ya da dalga boyunda olan her şeyi dünyamıza çekiyoruz.

Örneğin güçlü bir şeyler hissettiğimizde, neşeyle ya da minnetle dolu olduğumuzda, duygularımız yüksek frekansta titreşimler gönderiyor. Bu titreşimler sadece iyi şeyleri, yani aynı yüksek titreşim frekansında olan ve bizim gönderdiğimiz titreşimlerle uyum sağlayan şeyleri bize çekiyor. Benzerler benzerleri çekiyor.

Öte yandan, neşeyle benzeşmeyen bir şey yaşadığımızda, örneğin korku, endişe, suçluluk ya da üzüntü duyduğumuzda, bu duygular düşük frekanslı titreşimler gönderiyor. Bu düşük frekanslar da tıpkı yüksek frekanslar gibi manyetik olduğundan, onlar da kötü şeyleri, yani yine düşük frekansta olan ve bizim kendimizi kötü hissetmemize (öyle titreşmemize) yol açan şeyleri bize çekiyor. Kötüler kötülerini çekiyor; burada titreşimsel bir uyum söz konusu.

İster yüksek titreşimli neşe olsun ister düşük titreşimli üzüntü; titreşimsel olarak dışarı ne gönderirsek, onu geri çeki-

yoruz. Titreşimleri başlatan biziz. Dolayısıyla mıknatısı da biz oluşturuyoruz. Bundan hoşlanalım hoşlanmayalım, her şeyi biz yarattık, yaratmaya da devam ediyoruz. Etten ve kandan oluşuyor görünebiliriz, ama bizi asıl oluşturan; manyetik enerjidir! Bizi yaşayan, soluk alıp veren mıknatıslar haline getiren de bu enerjidir (Bunu sevmediniz mi? Siz büyük bir şirketin sahibi, bir anne ya da eş, sınıfın gözdesi, havayollarında mühendis olduğunuzu düşünebilirsiniz; ama ne olursanız olun, siz bir yürüyen mıknatıssınız. Bunu hiç unutmayın!).

Bu size çılgınca gelebilir, ama artık elektromanyetik varlıklar olduğumuzu ve arzuladığımız şeyleri düşüncelerimizden gelen duyguları kontrol ederek hayatımıza ancak bizim çekebileceğimizi görmenin zamanı geldi.

Ancak düşük frekanslı enerjinin baskın olduğu, insanların neşeden çok stres ve korku duyguları yaşadığı ve bu tür titreşimler gönderdiği bir gezegende yaşıyoruz. Bu nedenle biz de bu titreşimleri gönülsüzce alıyoruz ve bunlara tepki veriyoruz. Bu da düşük frekanslı titreşimlerin üstesinden bilinçli bir şekilde gelmeyi öğrenene kadar hayatımızda istemediğimiz sonuçlara katlanmak zorunda kalacağımız anlamına geliyor. Bunlardan kurtulmamamız halinde de bir süre sonra kendimizi huzursuz hissetmeye başlıyoruz.

Bunun başka yolu yok; ne hissedersen onu çekiyoruz. Düşüncelerimizden gelen duygular, hayatımıza ilişkin hemen her şeyin oluşmasına, yaratılmasına, yıkılmasına ya da zarar görmesine yol açan elektromanyetik zincir tepkileri başlatıyor.

Bir kez daha tekrarlayalım: Duygularımız, elektromanyetik dalgalarla dışarı çıkıyor. Frekans, benzer frekansı çekiyor. Uyumlu titreşimler iyi ya da kötü şeylerin oluşmasına yol açıyor.

Mutlu, yüksek titreşimler, mutlu, yüksek titreşimli koşulları çekiyor. Kötü, düşük titreşimler, aynı koşulları çekiyor. Her iki durumda da, geri dönen şey bizim kendimizi iyi mi yoksa kötü mü hissedeceğimizi belirliyor.

Faturalar, Faturalar, Faturalar

Örnek olarak, pek de sevimli olmayan bir konu verelim: ödenmesi gereken faturalar. Eğer süper bir finansal tablonuz yoksa, maddi açıdan çok iyi bir durumda değilseniz, faturaların ödenme zamanı geldiğinde kendinizi nasıl hissedersiniz? Heyecanlı? Kıvançlı? Coşkulu? Herhalde hiçbirisi. Peki endişeli, gergin, morali bozuğa ne dersiniz? Aramıza hoş geldiniz!

İşin püf noktası şu: Biz bu umutsuzluk duyguları yüzünden faturaları öderken o kadar zorlanıyoruz. Neden mi? Çünkü hissettiklerimiz titreşimlere dönüşür ve aynı frekans bize geri döner. Evrenin yasasıdır bu. Başka türlü mümkün değildir.

Tony, eşi Ginger ve ben, sık sık bir araya gelir, Çekim Yasası'na ilişkin gelişimimiz konusundaki notlarımızı karşılaştırırdık. Neyse ki birbirimize yakın oturuyorduk. Bu konuyu çevremde bir tek onlarla konuşabiliyordum.

Bir gece benim evimde akşam yemeğimizi bitirmek üzereyken, enerjinin henüz kontrol edilmediği dönemlerin nasıl olduğunu konuşmaya başladık. Önceleri öylesine sohbet ediyorduk. Sonra Tony, insanın hiç parası yokken fatura ödemek zorunda kalmasının ne kadar sevimsiz bir şey olduğundan söz etmeye başladı. Onlarla arkadaşlık etmek hep hoşuma giderdi; ama bu sohbet sonucunda su üstüne çıkan duygular beni huzursuz ediyordu. Çünkü ben de uzun, zorlu bir mali sıkıntıdan yeni kurtuluyordum. Konuyu değiştirmek istedim ama yapamadım.

Tony fena para kazanmıyordu. Artık iki çocukları da büyüüp evden ayrıldığı için, karı kocanın Tony'nin maaşıyla gül gibi geçinip gidebilmeleri gerekirdi. Ama Ginger yeniden iş hayatına dönmek istemiş ve yıllar önce bıraktığı gayrimenkul işine başlamıştı. Bu, Çekim Yasası yıllarından önceydi, ancak Ginger oldukça başarılı olmuştu. "İyi de o halde neden hiçbir zaman faturalarımızı ödemeye yetecek kadar paramız olmuyordu?" dediler, ben kahveleri tazelerken.

“Herhalde ayağınızı yorganınıza göre uzatmıyor, fazla açı-
lıyordunuz,” dedim. Bankada yeterince para yokken fatura
ödemek zorunda kalmanın insanı ne kadar bunalttığını biliyor-
dum ve bu konuları konuşarak bir kez daha bunalmak istemi-
yordum.

“Doğru,” dedi Tony gülerek. “Nasıl bir sıkıntının içinde
olduğumuzu anlayana kadar har vurup harman savurduk. Hiç
para biriktirmemiştik, hiçbir birikimimiz yoktu. Belirli bir ge-
lirimiz vardı; ama ödememiz gereken faturaların tutarı daha
fazlaydı. Ginger iyi bir iş yaptığında durumumuzu düzeltir gibi
oluyorduk. Ama onun da işleri yolunda gitmediğinde, büyük
bir sıkıntı yaşıyorduk ve aylarca toparlanamıyorduk.”

“Ah, evet, bu duyguyu biliyorum. Ama artık hepsi geçmişte
kaldı, ne güzel değil mi?” Sohbetin yönünü değiştirmeye ça-
lışıyordum, ama Ginger devam etmekte ısrarlıydı. Nedense, o
sıkıntılı günleri tekrar yaşamak ister gibiydi.

“Her ay durum daha da kötüye gidiyordu. O iğrenç faturaları
ödeme zamanı geldiğinde –ki ödeme zamanını elimden geldiği
kadar erteliyordum, ya sıkıntıdan kurdeşen döküyordum ya da
migrenim tutuyordu. Faturaları üst üste yığıyordum ve bir-iki
gün boyunca seyrediyordum. Ödememiz gereken rakamla ban-
kadaki paramızın eşit olmadığı aklıma geldikçe, midemde bir
ağrı hissediyordum. Faturaları öncelik sırasına dizmeye çalışı-
yordum. Gerçekten çok kötüydü. Bilirsin işte Lynn, sen de aynı
şeyleri yaşadın.”

“Hem de birçok kez,” dedim.

“Neyse ki artık durum değişti,” diyerek içini çekti Tony.
Ginger’a sevecenlikle baktı. “Bir yılı daha aynı şekilde geçir-
seydik, dul bir kadın olacaktın.” Uzanıp karısının elini tuttu.
Ginger’ın gözlerindeki mutluluk gözyaşlarını görünce yüre-
ğim ısındı. İki yıl önce maddi durumlarını düzeltmişler, refah
içinde ve mutlu yaşamaya başlamışlardı. Artık enerjilerini nasıl
yönetebileceklerini biliyorlardı. Büyük bir yol katetmişlerdi.
Aslında hepimiz büyük bir yol katetmiştik!

Tony, Ginger ve ben yıllar boyunca çeşitli maddi kaoslar yaşamıştık, çünkü enerjimizi kontrol etme konusunda hiçbir şey bilmiyorduk. Fatura ödeme zamanı geldiğinde, ödememiz gereken miktarı hesaplıyor, o kadar paramızın olmadığını görüyor ve iyice bunalıyorduk. Sahip olmadığımız şey üzerinde ne kadar yoğunlaşırsak, negatif enerjimiz o kadar artıyordu. Daha fazla borç, daha az gelir çekiyorduk.

Sahip olmadıklarımız üzerindeki duygusal yoğunlaşmamız, her ay daha fazla olumsuzluğu üzerimize çekiyordu. Durumumuz gitgide daha da kötüleşiyordu.

Bu süreç, bumerang fırlatmayı andırıyor. Ne gönderirseniz -titreşimsel olarak- o size geri geliyor. Bu nedenle titreşimlerimizi değiştirene kadar, gönderdiğimiz şeyleri geri çekiyoruz.

Başka bir deyişle, eğer düşük titreşimler hissetmekten ve göndermekten vazgeçmezsek, kötü koşulları çekiyor ve yaşamak zorunda kalıyoruz.

Duygusal olarak yoğunlaştığımız şeyleri elde ediyoruz. Tutkuyla ve heyecanla istediğimiz şeyler üzerinde yoğunlaştığımızda, bunları elde edebiliyoruz. Yine aynı tutkuyla kesinlikle istemediğimiz şeyler (üzüntü, endişe vb.) üzerinde yoğunlaştığımızda da, bunların gerçek olduğunu görüyoruz. İkisi de kendiliğinden oluveriyor sanki.

Evren bizim isteyip istemediğimiz şeyler konusunda zar atmıyor; burada tamamen Çekim Yasası adını verdiğimiz ilke geçerli. Biz manyetik duygularımızı gönderiyoruz, evren de bunları dikkate alıyor. Yalvarmalarımıza tepki vermiyor; tepki verdiği tek şey duygularımıza bağlı olarak ortaya çıkan titreşimlerimiz.

Duyguları ilk etapta neyin yarattığı önemli mi? Hayır. Bunlar bir düşünceden, bir dış olaydan ya da genel bir tutumdan kaynaklanabilirler. Ancak duygular neden kaynaklanırsa kaynaklansın kesin olan bir şey var; yaşamımızı oluşturan olayların duygulardan kaynaklandığı.

Yoğunlaşın, Büyüsün

Şimdi biraz gerçekçi olalım. Hiç kimse bize bütün gün ağızımız kulaklarımızda dolaşmamızı, işimizden kovulduğumuz, treni kaçırdığımız ya da arabamızın anahtarlarını kaybettiğimiz için mutlu olmamızı söylemiyor.

Gerçek gerçektir. Ne gönderirsek onu geri aldığımızdan ve gönderdiklerimiz yoğunlaştığımız şeylerden kaynaklandığı için, düşündüğümüz şeylere ve bu düşüncelerin bize hissettirdiklerine biraz daha fazla dikkat etmemiz yararımıza olabilir.

İstediğimiz şeyler üzerinde yoğunlaşırsak, biz sabote etmediğimiz sürece bu isteklerimize kavuşmamamız için hiçbir neden yoktur. İstemediğimiz şeyler üzerinde yoğunlaşmamız halinde, bunlar da gerçek olur.

Faturalara geri dönelim. Diyelim ki faturaları ödemekten ne kadar nefret ettiğiniz konusunda bol bol düşündünüz. Bu düşüncelerden her biri, düşündüğünüz andan itibaren bir duygusal titreşim ya da bir imza taşır. Sonra benzer titreşimler taşıyan düşüncelerle buluşmak üzere yola çıkar. Aynı duygusal yoğunluktaki iki düşünce bir araya geldiğinde, daha yüksek ve hızlı bir frekansta, daha güçlü titreşirler.

Böylece, faturalar hakkındaki belli belirsiz tek bir düşünce, büyür ve çok daha güçlü hale gelmiş olur. Çünkü her düşünce, daha önce yola çıkmış olan düşüncelerle bir araya gelir ve gücünü birleştirir.

Hepsi bu kadar da değil. Faturalar hakkındaki olumsuz düşünceleriniz, daha önce göndermiş olduğunuz kendi olumsuz düşüncelerle birleşip büyümekle kalmaz. Başkalarının aynı frekanstaki düşünceleriyle de birleşir. Bu olumsuz düşünceler her konuda olabilir. Ben bunlara çöp bombaları diyorum. Aynı ya da benzer frekanstaki düşünceler –örneğin korku ya da endişe içeren düşünceler- bir araya toplanıp kolayca size geri dönebilirler; tabii siz duygusal olarak kendinizi değiştirmedığınız sürece. Bu bombalar er ya da geç size zarar verecektir. Eğer siz hâlâ aynı şekilde titreşiyorsanız ve

dalga boyunuzu aynı frekansta tutuyorsanız, bundan kaçmanız olanaksızdır.

Şimdi sorunuz daha büyük. Eskisine oranla, ödemeniz gereken daha fazla fatura var. Faturalarla ilişkili olan ya da olmayan başka olumsuz koşullar da çıktı ortaya. Arabanız bozuldu ve tamir ettirecek paranız yok. Çamaşır makineniz arızalandı. Çocuklarınız birinin camını kırdı. Köpeğiniz yürüyüşe çıkan birine saldırdı. En sevdiğiniz programı izlerken televizyonunuzun tüpü bitti.

“Çekici mıknatısınız” düşük titreşimli, olumsuz koşulları çekmeye programlandı demektir ve siz titreşimlerinizi değiştirmedığınız sürece bunu yapmaya devam edecektir. Siz titreşimlerinizi değiştirdiğinizde, bumerang siz değil, başkasına döner. Bu elbette o kişi için kötü bir şeydir ama en azından siz kurtulmuş olursunuz. Şimdilik.

İsterseniz dikkat konusunda daha sevimli bir örnek verelim: Mesela yeni bir araba. Eğer istediğiniz araba üzerinde yoğunlaşırsanız, bu yoğunluğu devam ettirirseniz, bu arabayı elde edersiniz. Ama eğer arabayı henüz almamış olduğunuz ya da alacak paranızın olmadığı gerçeği üzerinde yoğunlaşırsanız, o zaman olumsuz koşulları çeker ve o arabaya asla sahip olamazsınız.

Şimdi şöyle diyebilirsiniz: “Bana bu çok saçma geliyor. Yıllardır istediğim şey üzerinde yoğunlaşıyorum, daha fazla para istiyorum, ama hâlâ bu paraya sahip olamadım.”

Doğru! Çünkü ortada bir para konusu, bir de parasızlık konusu var. Ve bilin bakalım %99’umuz hayatımızın büyük bölümü boyunca hangisi üzerinde yoğunlaşıyoruz? Bildiniz!

Neyin üzerinde yoğunlaşırsak onu elde ederiz. Eğer bir şeyin yokluğu üzerinde yoğunlaşırsak, bu yokluğa daha uzun süre katlanmak zorunda kalırız. Çünkü uyumlu titreşimler nedeniyle, yokluğu çekeriz. Çekim Yasası... Açık ve basit...

Dört Aşama

Bir şeyi ne kadar yoğun bir şekilde ve ne kadar duygularımızı katarak düşünürsek, o hayatımızda giderek daha büyük ve daha güçlü hale gelir. Aynı durum, istediğimizin yokluğu için de geçerlidir.

Eğer, “Ben son derece sağlıklı olmak istiyorum” diyorsanız ve duygularınızı da katarak sürekli sağlıklı olmayı düşünüyorsanız, hemen ya da kısa bir süre içinde sağlıklı bir insan olursunuz. Ancak eğer “Ben hastalık istemiyorum” dersanız ve bunu duygularınıza da katarak sık sık düşünüyorsanız, hastalığı davet edersiniz, çünkü hastalık üzerinde yoğunlaşmışsınızdır.

Eğer yeni bir eve sahip olma konusunu çok düşünürseniz ve kendinizi yeni bir eve sahip olmuş gibi hissederseniz, yeni bir ev sahibi olursunuz. Eğer durmadan, “Ben artık bu evde yaşamak istemiyorum” dersanız, bir süre daha o evde yaşamaya katlanmak zorunda kalırsınız.

Eğer bir şeyi duygularımızı da katarak uzun süre düşünürsek, bu istediğimiz ya da istemediğimiz bir şey de olsa gerçek olur.

Başımıza gelen şeylerin fiziksel olarak yaptıklarımızla, ne kadar değerli olduğumuzla, ne kadar iyi olduğumuzla ilgisi yoktur. Bunun sadece nasıl titreştiğimizle ilgisi vardır! Bu hissetmek anlamına gelir. Bu, çekmek anlamına gelir.

Anne babalarımız bunu bize hiç söylemediler çünkü kendileri de bilmiyorlardı. Olumlu düşünme kitapları yazarlar, motivasyon konusunda konuşma yapanlar da bunu bilmiyorlardı.

Hayatımızda tutkuyla istediğimiz şeylerin mutlaka –evet mutlaka- gerçek olmasını sağlayacak dört aşama var. Bu dört aşama garantilidir, çünkü evrenin yasasını, yaradılışın temel ilkelerini içeriyor. İsterseniz, siz de bu dört aşamayı kolaylıkla uygulayabilirsiniz.

Birinci Aşama: Neyi istemediğinizi belirleyin.

İkinci Aşama: Bundan yola çıkarak neyi istediğinizi belirleyin.

Üçüncü Aşama: İsteddiğiniz şeyi hissetme durumuna geçin.

Dördüncü Aşama: Bekleyin, dinleyin ve olmasına izin verin.

İşte bu kadar. Hepsi bu. Bu yeni yolculuğa çıktığınızda, hayatınızın her alanında bir sürü şey sihirli bir şekilde değişecek. Kendini sürekli gösteren endişeler, üzüntüler, kuşklar ve korkular birkaç hafta içinde azalacak. Siz de bunu gün be gün görüp hissedeceksiniz.

Sağlığınız düzelecek. Banka hesabınız kabaracak. İlişkileriniz istediğiniz gibi yürüyecek. Satışlar artacak. Terfi edeceksiniz. Hayat çok daha keyifli olacak. Bunlar gerçek. Siz de gerçek olduğunu göreceksiniz. Unutmayın, her şey sizin elinizde!

Artık Kurban Yok

Çekim Yasası'nın belki en rahatsız edici sonucu şu: Kurban diye bir şey yoktur. Kurban rolünü oynamaya devam etmek de sürekli yayılan düşük titreşimlerin neden olduğu hoşnutsuzluktan başka bir şey yaratmaz.

Evet, dünyanın büyük bölümü bunu yapmaya devam ediyor. Olanlar yüzünden duygularını değil, "başkalarını" suçluyorlar; şanssızlıklarının suçunu duygularına değil, kötü koşullara yüklüyorlar. Duyguları yerine yoldaki sarhoş sürücüyü, katı patronlarını, ekonomiyi suçlamayı tercih ediyorlar.

Bize hep başkalarına, kadere, şansa ya da tesadüflere bağlı yaşadığımız öğretildi, biz de buna inandık. Bu gezegendeki çoğu kişi buna inanarak yaşamaya devam ediyor. Ancak Çekim Yasası'nı anlamaya ve bu yasanın işlediğini görmeye başladığınızda, kurban diye bir şey olmadığını, hiçbir zaman da olmayacağını anlıyorsunuz. İyi şans, kötü şans, tesadüf diye bir şey yok. Her şeyi düşüncelerimizle ve duygularımızla biz yaratıyoruz; iyi ya da kötü koşulları tıpkı arıları çeken bal gibi çekiyoruz. Bizler güçlü müknatıslarız.

ÇEKİM YASASI SİKRİT

Sizin dışınızdaki koşulların hayatınızı kontrol ettiğine inanmak zorunda değilsiniz. Bir şeyler istemenin yanlış olduğuna inanmak zorunda değilsiniz. İplerin sizin dışınızdaki büyük bir gücün elinde olduğuna, kontrolün sizin dışınızda birilerinde ya da bir şeylerde olduğuna inanmak zorunda değilsiniz. Bir şeylerden korkmak zorunda değilsiniz.

Peki bu karışıklık nasıl ortaya çıktı? Bunu siz yarattınız! İnsanlar zorlu, korkulu, düşük titreşimlerin içinde doğuyorlar. İstemedikleri şeyler üzerinde yoğunlaşıyorlar ve bunun sonucunda da istemedikleri bu şeyler durmadan artıyor.

Aslında amaçlanan bu değil; ancak işler bizim istediğimiz gibi gittiğinde bunun suçunu bizim dışınızda bir faktöre yüklemeye yolunu seçiyoruz. Hükümete, ekonomiye, patronumuza, evliliğe, geçmişimize, eğitimimize, kötü şansımıza, hatta Tanrı'ya.

Ya da belki istediğimiz şeyi hak etmediğimize, yeterince ölçüp biçmediğimize, günahkar olduğumuza, sınavı geçemediğimize inanıyoruz.

Oysa işin gerçeği şu: Biz her şeyi hak ediyoruz, geçmemiz gereken bir sınav yok, hele günahkar hiç değiliz.

Biz dünyaya durmadan mücadele edip acı çekmek için değil, gelişmek, ilerlemek, başarılı olmak ve keyif sürmek için geldik. Öğrenirken eğlenmek, acı çekmeden büyümek, bilgi sahibi olarak ve enerjimizi kullanmayı öğrenerek isteklerimize ulaşmak için geldik.

Biz varlığımızın doğasının bize tanıdığı mutlak bir seçme özgürlüğüne sahibiz. Artık doğuştan sahip olduğumuz bu hakkı kullanmanın zamanı geldi. Biz kimsenin ağına takılmış değiliz. Koşulların esiri değiliz. Hiçbir şartın kurbanı değiliz. Her türlü isteğimizi elde etme konusunda kutsal bir yeteneğe sahibiz. Sınırsız bir seçim yapma özgürlüğümüz var.

Uyanma vakti geldi. Bu seçimleri yapma vakti geldi. Kafalarımızı kumdan çıkarmanın ve hayatta sahip olduklarımızı tesadüfler sonucu elde etmediğimizi görme zamanı geldi. Sahip

LYNN GRABHORN

olduğumuz gücü ve bilgeliği kullanarak tutkularımıza ulaşmamızın vakti geldi.

Siz her şeyi hak ediyorsunuz. Ne olursa olsun tüm isteklerinize ulaşmayı hak ediyorsunuz. Sadece istemeniz ve hissetmeniz gerekiyor. Sonra olağandışı bir mutluluk yaşamamız işten bile değil. Olabilir değil, olacak! Bu, kozmik bir garanti.

İKİNCİ BÖLÜM

SİHİRLİ PERİMİZ

Yaratma süreci her yerde aynıdır; söz konusu olan ister bir yıldız sistemi olsun ister bir kot tasarımı fark etmez. Uygun duyguyla birleştirdiğiniz düşüncüyü bir şeye yöneltin... bu uygun titreşimi yaratacaktır... Ve sonuç ortaya çıkacaktır.

Dünyadaki bütün olumlu düşünceler bir araya gelse fark etmez. Cömert bir yüreğe sahip iyi bir insan olmanız, dua etmeniz, gözünüzde canlandırmanız ve sabaha kadar meditasyon yapmanız, kafanızı taşlara vurmanız yetmez. Bunlar sizi hayallerinize ulaştırmaz. Biz duygular adını verdiğimiz küçük sihirli periler aracılığıyla manyetik titreşmeyi başlatmadığımız sürece, bunların hiçbirisi herhangi bir şey yaratamaz. Düşleri gerçek kılan şey bu elektromanyetik otoritedir.

Sadece İki Tür

İsterseniz duygular konusunda yazılan bütün kitapları okuyun, zihnin Freudçu gizemleri konusundaki bütün dersleri de-

neyin, içinizdeki çocuğa ulaşmanızı sağlayacak bütün terapi gruplarına katılın, duygularınızı kontrol altına sağlamayı vaat eden herkesi dinleyin... Dolu dolu, tatmin edici bir yaşam sürenin tek bir basit tekniği vardır:

İyi duyguları kötü duygulardan ayırmayı öğrenmek.

Bu kadar. Bunu yapmayı öğrenirseniz, iş bitti demektir. Yüreginizin arzuladığı her şeyi yaratabilirsiniz.

Bizi tesadüfen yaratmaktan kurtarıp bilerek yaratmaya yönelten şey budur. Dilekleri gerçek kılan şey bu güçtür.

İyi duygularınızı kötü duygulardan ayırt etmeyi öğrendiğinizde kendinizi çok daha özgür hissedeceksiniz. Konunun özü budur. İyi şans denen şey bile budur. Büyük satışlar yapmayı, büyük, deniz manzaralı bir ev almayı, sağlıklı olmayı, manevi açıdan tatmin olmayı, bankadaki hesabın kabarmasını sağlayan şey budur.

İyi bir duyguyu kötüden ayırt etmeyi öğrenin; göreceksiniz, sihirli şeyler olacak!

Cam Yutmak

O çok korktuğumuz olumsuz duygular, düşüncelerimize bağlı olarak bedenimizde akan enerjinin elektromanyetik yüklenmesinden başka bir şey değildir. Bunlardan kurtulmak için bu kadar uğraşmamızın nedeni, özellikle bazılarının bize yaşattığı histen hiç hoşlanmamamızdır. Bu yüzden bunları, bir daha hiç uğraşmayacağımızı sandığımız şekilde derinlere iteriz. Ama yanılırız.

Keyifle ilgisi olmayan, suçluluk, yalnızlık, öfke, kin, endişe, kuşku, hayal kırıklığı, stres ve üzüntü gibi bir düşünceyi düşündüğümüzde, kendimizi kötü hissederiz. Bunlar içimizde son derece düşük bir frekansta titreşen, korku tabanlı düşüncelerdir. Bu düşünceler, yüksek frekanslı doğal durumumuzla taban tabana zıttır.

Diğer yandan, keyifle ilgili olan, takdir, zevk, mutluluk, coşku, kıvanç, saygı, minnet, sevgi gibi sıcak düşünceleri dü-

şündüğümüzde kendimizi iyi hissederiz. Bunun nedeni, bu düşüncelerin doğal durumumuza uygun bir şekilde, yüksek frekansta titreşmesidir.

Hiç kimse bir cam parçası yutup kendini iyi hissetmeyi bekleyemez; oysa kasvetli duygu ve düşüncelerimizle hepimiz bütün gün bunu yapıyoruz. Kendimizi bilinçsizce olumsuz enerjiyle yıkıyoruz. Bu olumsuz enerji, kendi düşüncelerimizden ve başkalarının düşüncelerinden kaynaklanıyor. Bu bizim doğal durumumuzla taban tabana zıt. Bu nedenle kendimizi iyi hissedemiyoruz. Bütün gün düşük frekanslı enerjinin içinde yüzdükten sonra bu mümkün değil.

Sonuçta bu bir kısırdöngüye dönüşüyor. Bizim normal olduğunu düşündüğümüz bilinçli ya da bilinçsiz duygular, bedenimizden dışarı doğal olmayan olumsuz titreşimler gönderiyor. Bu bizim kendimizi kötü hissetmemize neden oluyor ya da sadece var olduğumuzu ve neredeyse hiç duygumuz olmadığını hissediyoruz. Bütün bu duygular çeşitli derecelerde düşük frekanslı enerji akışı olduğu için ve hepimiz dışarı düşük frekanslı titreşimler gönderdiğimiz için, düşük frekanslı olayları geri çekiyoruz. Bu bizim kendimizi kötü hissetmemize yol açıyor... Bu kez daha fazla düşük frekanslı titreşim gönderiyoruz... Daha fazla düşük frekanslı koşul çekiyoruz... Kendimizi daha kötü hissediyoruz. Bu böyle sürüp gidiyor.

Pat'in Gülümsemeleri

İki yıl önce, Çekim Yasası konusunda verdiğim haftasonu seminerlerimden birinde otuz beş yaşlarında, çekici bir kadın vardı. Ondan Pat diye söz edeceğim. O kadar kibar ve o kadar neşeliydi ki.

Giysilerime iltifat etti (seminerlerimde tişört ve yırtık kot giyerim). Aşçıya iltifatlar yağdırdı. Geçmişlerine dair tatsız olaylarla bugünkü duyguları arasında bağlantı kurarak örnekler veren katılımcıları açık yüreklilikleri nedeniyle övdü durdu.

Bu kadar abartılı biçimde keyifli davranması benim düşük titreşimli sinirlerimi harekete geçirmişti.

İlk geceki seans bitti ve biz gece yemeğimizi yedik. Pat yemek salonundan çıkarken, büyük, ayaklı kültablasının üzerine kapaklandı. Yüzü kapkara olmuştu. Ama o ayağa kalkıp neşeyle güldü. Ortada gerçekten tuhaf bir şey vardı.

Ertesi gün Pat yine aynıydı. İltifatlar, övgüler, aralıksız gülümsemeler ve sakarlıklar. Yemek odasında bir iskemleye takıldı, kahvesini bir başkasının tabağına döktü. Birinin öyküsünü dinlerken ağzındaki şeker boğazına takıldı, az kalsın boğuluyordu. Kendisini kurtaran adama saatlerce teşekkür etti. Pat kazaları kendi davet ediyordu sanki.

Sonunda, katılımcıların da teşvikiyle, Pat'in öyküsü su yüzüne çıkmaya başladı. "İyi bir insan" olmanın her şeyden önemli olduğu, son derece dindar bir aileden geliyordu. Bir din adamı olan babası evde neredeyse diktatörlük sistemi uyguluyordu. Yani bu "kendini nasıl hissedersen hisset, dünyaya karşı iyi ol" tavrını Pat'e benimseten kişi babasıydı. Pat, bu tavrın doğruluğuna kayıtsız şartsız inanıyordu. Belki de bu gülümsemelerin ardında güçlü kin duyguları vardı.

"Özellikle büyüklerime karşı kibar davranmaktan ve iltifatlar yağdırmaktan nefret ederdim eskiden," dedi bir seansta. "Büyüklerle iltifat etmek beni ürkütüyordu ama bunu yapmak zorundaydım. Her zaman."

Pat'in şimdiki hayatı bu yüzden bu kadar karmaşıktı. Yüksekokul mezunu olmasına karşın, çalıştığı işlerde bir türlü ilerleyememişti. Başından üç evlilik geçmişti. O kadar çok kaza yapmıştı ki trafik sigortası iptal edilmişti. Hayatı, hepimizinkinden ilginç özellikler taşıyordu. Ancak hepimiz onun hayatında kendimizden bir şeyler bulabiliyorduk. Kendisinden izin alarak onun hayatını irdelemeye, iç duygularını çözmeye çalışmaya başladık.

Sonuçlar çarpıcıydı. Çok geçmeden herkes Pat'in gizli kalmış kafa karışıklığı, düşmanlık ve değersizlik duygularının, her

iltifat ve gülümsemede çok düşük titreşimler yarattığını fark etti. Pat de bunu anladı! Yaydığı düşük titreşimlerle hayatına çektiği olumsuz sonuçlar arasındaki bağlantıyı gördü.

Pat, benimle iletişimini sürdürdü ve hayatında kendisine hayal bile edemeyeceği kadar zengin ödüller kazandıran yeni heyecandan söz etti. Artık kendisi dışında herkesi memnun etmeye çalışmaktan vazgeçmişti. Hatta insanları eleştirmeye bile başlamıştı. Artık gerçekten istediğinde gülümsüyor ve gerçekten hak ettiğini düşündüğü kişilere iltifat ediyordu.

Bugün Pat, kendi kurduğu madde bağımlılığı tedavi merkezinin başında. İki yıldır aynı erkekle birlikte. Eskisi kadar çok kaza da yapmıyor.

Ne verirsek onu geri alırız. Pat yaydığı olumsuzlukları değiştirmek için çok çalıştı. Elbette olumsuz duygularının %100'ünden kurtulamadı (hiçbirimiz kurtulamayız) ama çoğunlukta olan olumlu duyguları (umutsuzluk ve şanssızlığın aksine takdir ve minnet) onun hayatını değiştirdi.

Çevremize yaydığımız duygular, geri çektiğimiz somut sonuçlara dönüşür. Bu kadar basit.

Duygular, Duygular

Hiçbirimiz bulunduğumuz yere, bu dünyaya tesadüfen gelmedik ve hiçbirimiz sadece fiziksel varlığımızdan ibaret değiliz. Fiziksel varlığımıza eşlik eden ve bizi "canlı" kılan bir pozitif enerji, başka bir deyişle bir iç benlik var. Bu pozitif enerji, bizimle birlikte tüm evreni canlı kılıyor.

Bilinmesi gereken her şeyi bilen ama hiç ortaya çıkmayan gizli bir tarafınız olduğunu hissetmediniz mi hiç? Böyle bir tarafınız var. Çok daha kapsamlı, eski ve bilge olan bu tarafımız bizimle bildiği tek yolla, duygular aracılığıyla iletişim kuruyor!

Bu tarafımız sadece bize nirvana gibi gelen bir yerde titreşiyor. Bir kara delikte meydana gelen şanssızlığa ya da strese ilişkin titreşimlerden haberdar olmuyor. Oysa daha hızlı titre-

ÇEKİM YASASI SECRET

şiyor olsaydık, sadece “fiziksel” kalamazdık ve neşe, keyif, kıvanç, takdir gibi titreşimlerle, mutluluğa ve zindeliğe denk olan o üstün hislerle olabildiğince yakınlaşırdık. Bu yüzden kendini iyi hissetmek insana oldukça iyi gelir. Gerçek benliği-nize daha yakın titreşirsiniz. Siz ve fiziksel olmayan benliğiniz eşzamanlı davranır, aynı yüksek frekansta hareket eder ve bu-nun tadını çıkarırsınız.

Kendimizi iyi hissettiğimizde daha hızlı titreşiriz, çünkü buna göre tasarlanmışızdır. Aslında bedenimize yabancı olan düşük titreşimli korku tabanlı hislerin geri dönüşümünü yaşamayız. Gerçek benliğimizle el ele, titreşimle yürüdüğümüz için kendimizi yanıtları bulabileceğimiz ve rehberlik alabileceğimiz bir yerde buluruz.

Eğer dışarı yoksunluk ve endişe titreşimleri gönderirsek, kendimizi neşeli ve keyifli hissedemeyiz. Bu durumda gözle görünmeyen benliğimizden uzaklaşırız ve her şey karışır. Bu, küçük bir çocuğa kocaman, şirin bir oyuncak ayı verip sonra bunu geri almaya benzer. Çocuk, kendisine bu kadar keyif veren bir şeyden ayrıldığı için pek mutlu olmayacaktır elbette.

Kendimizi iyi hissettiğimizde, iç benliğimizle yakınlaşır, onun yüksek frekansına daha yakın bir yerde titreşiriz. Kendimizi kötü hissettiğimizde ya da moralimiz bozulduğunda, iç benliğimizle bağlantımız kopar ve bedenimizden dışarı düşük frekanslı olumsuzluktan kaynaklanan yabancı titreşimler yayılır. Başka bir deyişle, neşe ve keyifle ilgili olmayan her şey olumsuzdur. Eğer neşeli ve keyifli değilsek, kırık cam parçası yutmuşuz demektir.

İyi haber şu: Hayatımızın yolunda gitmesi için her gün her saniye düşüncelerimizi gözlemlemek zorunda değiliz. Yoksa deli oluruz! Yapmamız gereken tek şey kendimizi nasıl hissettiğimizle –iyi mi kötü mü- ilgilenmek.

Özgün amaç,

Define Haritamız

Biz bu dünyaya bir tek amaç için geldik: Vaktimizin bir bölümünde değil, büyük bir bölümünde kendimizi iyi hissetmek için.

Bu amaç -kendini iyi hissetme amacı- hepimizin içinde var. Eğer bunun üzerinde durursak, mutluluğa kavuşmamızı sağlayacak define haritasını buluruz. Neden mi?

Eğer herhangi bir şeyle ilgili iyi şeyler hissederseniz, orijinal amacımız yolunda, yani kendimizi iyi hissetme, mutlu olma ve bu yönde titreşme yolunda ilerliyoruz demektir. Bu, uzun süredir istediğimiz ya da hiç değilse son zamanlarda istemekte olduğumuz bir şeye doğru ilerlediğimiz anlamına gelir. Bu bizi mutlu eder. Hayatımızı güzelleştireceğine inandığımız bir şeye doğru ilerlediğimizi bilmek kendimizi daha iyi hissetmemizi sağlar. Frekanslarımızı artırır, bizi iç benliğimize yakınlaştırır.

İşin anahtarı şu: Özgün amaç kendini bir istek ya da bir arzu olarak gösterir. Bu yeni kırmızı bir Ferrari veya hayatla uyum içinde yaşama arzusu olabilir. Tertemiz bir garaja sahip olma, Batı danslarını öğrenme, kent merkezinde bir mağaza işletme, deniz kıyısında yaşama ya da piyano çalmayı öğrenme arzusu olarak da ortaya çıkabilir. Ama ne olursa olsun, mutlaka çok istediğimiz bir şeydir.

Kimi zaman arzularımız konusunda sıkıntılar yaşayabiliriz; çünkü bu arzunun doğasına bağlı olarak, sürekli arzularımızın peşinden koşmamız halinde, toplum bize bencil damgasını yapıştırabilir. Oysa bizi mutlu edeceğine inandığımız iç dürtülerimizin peşinden gitmemiz çok doğaldır, çünkü bu bizim orijinal amacımızın peşinden gittiğimiz anlamına gelir. Bir kez daha tekrarlıyoruz: Biz bu dünyaya keyif almaya ve mutlu olmaya geldik, sürekli mücadele etmeye ve sıkıntı yaşamaya değil.

Ancak yine de toplumun baskısı ağır ve caydırıcı olabilir ve bizi kendimizi mutlu edecek arzularımızın tam tersi yönlere götürebilir. Ne yazık ki çoğumuz hayatımızın büyük bölümün-

de bu durumu yaşıyoruz. Sosyal bilinçten kaynaklanan korku tabanlı titreşimler nedeniyle, orijinal amacımızdan uzaklaşıyoruz. Bu frekans bizim tamamen çökmemize yol açmıyor belki, ama keyiften fıkır fıkır da olmuyoruz. Olmamız mümkün değil çünkü; bir frekans düşükken (sosyal bilinç) diğeri yükseliyor (orijinal amaç).

Bu nedenle, eğer bu yanlış yolu izlersek, kendi keyif ve neşemizi feda edersek, orijinal amacımızdan uzaklaşırsak, biz de yüksek frekanslı keyif ve neşe yerine, hiç sevmedikleri düşük frekanslı "gerekliliklerinin" peşinden giden çoğunluğa katılmış oluruz. Bu tür bir acımasız enerji akışının sonuçlarının pek de güzel olmayacağını söylemeye bile gerek yok.

Kırmızı Bayrak/Yeşil Bayrak

Tekrar yeni bir araba alma isteğiniz üzerinde duralım. Diyelim ki zaten güzel bir arabanız var ve yeni bir arabaya acilen ihtiyacınız yok; ama çok istiyorsunuz. Hatta, kendinizi bildiniz bileli, çocukluğunuzdan beri, kırmızı bir arabaya sahip olma hayaliyle yanıp tutuşunuz.

İyi de nerede bu araba? Bunca zamandır aynı şeyi istiyorsunuz. Yıllardır hep bunu düşünüyorsunuz. O zaman neden hala istediğiniz kırmızı araba garajınızda değil? İşte nedeni:

Otobanda ilerliyorsunuz ve hayalinizdeki araba önünüzde gidiyor. İmrenerek içinizi çekiyorsunuz. Böyle bir arabayı almaya paranızın yetmeyeceğini düşünüyorsunuz. Özlem duyuyorsunuz. "Ah ne güzel olurdu!" der gibi başınızı sallayarak arabaya bakıyorsunuz. Hayalinizdeki arabayı gördüğümüz için heyecanlanacağınıza moraliniz bozuluyor, cesaretiniz kırılıyor ve "Unut gitsin!" diyorsunuz.

İşte araba bu yüzden garajınızda değil.

Siz arabaya sahip olmanın yaşatacağı keyif yerine, bu arabanın yokluğu üzerinde yoğunlaşıyorsunuz. Kendinizi kötü hissettiğinize dair olumsuz titreşimler yayıyorsunuz. İç ben-

liğiniz kırmızı bayraklar sallayarak bağıyor: "Hey, dostum, kendini kötü hissediyorsun çünkü o arabaya sahip değilsin. Böyle düşünmeye devam edersen, o arabaya asla sahip olamayacaksın. Eğer arabayı gerçekten istiyorsan, onu düşünmeye ve kendini iyi hissetmeye başla. Sonra da neler olacağını gör."

Size negatif duygu şeklinde bir uyarı yapıldı ve Kırmızı Bayrak gösterildi zaten. Bu uyarı, istemediğiniz bir şey üzerinde -yeterince paranız olmadığı için arabaya sahip olamayacağınız düşüncesi- yoğunlaştığınızı söyledi.

Bu moral bozucu duygu bir Kırmızı Bayrak'tı; size, olumsuz düşünüp hissetmenin ve olumsuz enerji yaymanın arabayı daima sizden uzak tutacağına dair ipucu verir. Bu nedenle, yapmanız gereken şey araba (ve ona sahip olma) hakkındaki olumsuz duygu ve düşüncelerinizi değiştirmek ve o arabanın size ait olduğunu düşünmektir.

Hemen her gün böyle moral bozucu duygulara kapılıp olumsuz enerji yayıyoruz. Bu nedenle umut ettiğimiz şeylerin pek azını elde edebiliyoruz. Hayatta çok istediğimiz bir şey görüyoruz (bu pahalı bir kırmızı araba ya da bir fizik probleminin çözümü olabilir) ama bundan yoksunluğumuz nedeniyle -yani buna sahip olmadığımız ve sahip olacağımızdan da emin olmadığımız için- düşünce ve duygularımız sahip olmadığımız üzerinde yoğunlaşıyor. Durum böyle olunca da olumsuzlukları çekiyor ve ona sahip olmamaya devam ediyoruz. Fizik kanunu hiç değişmiyor. Neyin üzerinde yoğunlaşırsak, onu elde ediyoruz.

İmrenmek, dilemek, özlemek, hatta umut etmek, istediğimiz şeyler üzerinde yoğunlaşma faaliyetleri değildir. Bunlar, cesaretsizlikten ve istediğimiz şeyi asla elde edemeyeceğimize dair karamsar inançlardan doğan yoksunluk duygusundan kaynaklanarak titreşen olumsuz düşüncelerdir sadece. Bu duygu ve düşünceler var olduğu sürece, istediğimiz şeyi elde etmemiz mümkün olmaz.

Neyin üzerinde yoğunlaşırsak onu elde ederiz; eğer bir şeyin yokluğu üzerinde yoğunlaşırsak, bu yokluğu yaşamaya devam ederiz. Çünkü her gün her dakika evrenin bize sunduğu her şey, bizim titreşimlerimizle bağlantılıdır.

İşin anafikri şu: Eğer bir şeyi düşünürken iyi şeyler hissetmiyorsak, olumsuz duygular yayıyorsak, bize doğru bir Kırmızı Bayrak sallanır ve yaydığımız enerji ve titreşimlere dikkat etmemiz söylenir.

Kırmızı araba örneğine dönelim: Eğer arabayı düşünürken hissettikleriniz sizi heyecanlandırmıyorsa, yüreğinizi hoplatmıyorsa, içinizi ısıtmıyorsa, sizi keyiflendirmiyorsa, o zaman tam tersi şeyler hissediyor ve yansıtıyorsunuz demektir. Bunlar arabaya sahip olamamanın sizde yarattığı hayal kırıklığından kaynaklanan olumsuz titreşimlerdir.

Yoksunluk üzerinde yoğunlaştığımız sürece, bu yoksunluğu ortadan kaldıramayız. Hayatta istediğimiz şeyi kendimize çekebilmemiz için odak noktamızı değiştirmeliyiz. Bu da duygularımızı ve titreşimlerimizi değiştirmemiz anlamına gelir.

Arabayı Elde Etmek

Şimdi durumu tersine çevirelim ve arabanın sizin olmasını sağlayalım. Orijinal formülümüze geri dönelim.

1. İstemediğiniz şeyi belirleyin.
2. Ne istediğinizi belirleyin. (Bu çok kolay)
3. İstediğiniz şeyi hissetme pozisyonuna geçin.
4. Umut edin, dinleyin ve olmasına izin verin.

Arabayı dilemek ya da ona imrenip özlem duymak yerine, bu arabayı gördüğünüzde ya da düşündüğünüzde –bu ağzınızı daha fazla sulandırır- onu takdir etmeye başlayın. Şeklini, tekerleklerini, içini, hızını, güvenilirliğini takdir edin. Bu, arabanın yokluğu üzerinde yoğunlaştığınız zamana oranla daha hızlı ve daha yüksek titreşmenizi, buna bağlı olarak da duygularınızın olumlu yönde değişmesini sağlayacaktır.

Araba hayalinizin gerçek olmasını sağlayacak da bu yüksek titreşimdir.

Arabayı övmeye ve takdir etmeye devam ettiğiniz sürece, yani gitgide artan manevi titreşimleriniz tamamen olumlu olduğu sürece, dışarı çok güçlü, yeni bir sinyal gönderirsiniz. Bu da güçlü bir istek duyduğunuz arabayı size doğru çeker.

Etrafınıza olumlu titreşimler yaydığınız sürece, yürüyen, yüksek frekanslı bir mıknatısa dönüşürsünüz. Kendinizi çok çok iyi hissedersiniz ve adeta bunu gösteren Yeşil Bayraklar sallarsınız. Duygularınız, keyif alma yönündeki orijinal amacınızla uyumludur. Artık istemediğiniz şeyleri çekmekten vazgeçmiş, istediğiniz şeyleri çekmeye başlamışsınızdır. (Bunun bedelini nasıl ödeyeceğinizi düşünmeyin. Bu sizin işiniz değil.) Arabanın garajınızda olmadığı gerçeği üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçtiğiniz anda, o araba size doğru yola çıkacaktır.

“Sahip olmama”, “sahip olamama”, “asla sahip olamayacak olma” düşüncelerinden kaynaklanan olumsuz duygular, orijinal amacınızla uyuşmaz (“Gereklilikleriniz” de öyle). Çok basit: Siz asık suratlı olursanız, asık suratlı koşullarla karşılaşsınız.

Öte yandan, hayalinizdeki arabayı düşünürken olumlu duygular yaşarsanız, her şeyin olumlu olacağına kendinizi inandırırsanız –bunun tam tersi belirtiler olsa bile- bu olumlu duygular isteğinizi bir mıknatıs gibi çekecektir. Çekmek zorundadır, evrenin yasası bu.

Unutmayın, bunu yapacak olan duygulardır, tek başına düşünceler değil. Dışarı gönderdiğimiz dalgalardaki titreşimi ve manyetizmayı yaratan şey duygulardır. Duygular, duygular, duygular... düşüncelerimizden gelen duygular!

Ah Şu Medya!

Geçenlerde bir akşam yemek hazırlarken, televizyonu açıp haberleri dinlemeye başladım. Daha bir lokma yemek yemeden midem bulanmaya başladı.

Haberlerde önce son zamanlarda görülen ve hızla yayılan grip salgınıyla ilgili bir haberden söz edildi. Bu grip öylesine güçlüydü ki hiçbir aşı fayda etmiyordu.

“X kasabasında yaşayan her beş kişiden biri bir türlü kontrol altına alınamayan bu yeni virüse yenik düştü” deniyordu haberlerde.

Korkunç! Şimdi haberleri izleyen beş kişiden dördü bu sevimsiz küçük yaratıktan duyduğu korku üzerinde yoğunlaşacak, “istemiyorum” duygusuyla başını sallayacaktı. Bu da virüsün daha hızlı yayılmasına ve korku frekansındaki herkesi esir almasına yol açacaktı. Belki de birkaç burun çekmesiyle sınırlı kalacak bir olay bu haber nedeniyle çok daha ciddi bir boyut kazanacaktı.

Haberler bu kadarla kalmadı. İkinci olarak, şehir dışında bir yerde hamburgerden zehirlenme vakası anlatıldı. Aileler dikkatli olmaları gerektiği konusunda uyarıldı.

Aman ne güzel! Şimdi binlerce Kırmızı Bayraklar sallamaya ve korkudan kaynaklanan negatif titreşimler yaymaya başlayacaktı. Öyle ki sonunda bu zavallı bakteri ve ona bağlanan hazin olaylar gerçek olacaktı. Hiç kimse bunu istemiyordu elbette. (Ama gerçek oldu. Bir ay içinde bu bakteri yüzünden birçok insan öldü.)

Sonunda çılgına döndüm ve kendi duygularımın da keyifli doğasından uzaklaşmaya başladığını fark ettim. Yüksek sesle konuştum: “Tamam tamam iç benliğim, seni duyuyorum. Bu aptal şey benim kendimi iyi hissetmeme engel oluyor. Hemen kapatacağım.” Ama televizyonu kapatmadan önce, tecavüz edilip öldürülen orta yaşlı bir kadın hakkındaki haberi dinledim. Artık iyice öfkelenmiş ve kendimi kötü hissetmeye başlamıştım. Önümüzdeki günlerde kaç kadının, çok korktuğu bu olay üzerinde yoğunlaşacağını ve bunun sonucunda da olumsuz koşulları çekerek korktuğu şeyin gerçek olmasına yol açacağını düşündüm.

Medyadan hep aynı şeyleri duyuyoruz: Yeni bir bombalama, kundaklama olayı ya da yeni bir salgın. Herkes bu olayın

korkunçluğu üzerinde yoğunlaşıyor ve bu da aynı olayı onların üzerine çekiyor.

1865 yılında okullara silah sokuluyor muydu, bu kadar tecavüz olayı yaşanıyor muydu ya da bu kadar çok bina havaya uçuruluyor muydu? Hayır; çünkü medya kötü olaylar üzerinde yoğunlaşılmasına yol açmıyordu; bu durumda da bu kötü olayların gerçek olmasına neden olacak titreşimler yaratılmıyordu. O zamanlar tren ve banka soygunlarından söz eden gazeteler ve afişler vardı. Bunlar da tren ve banka soygunlarını artırıyordu.

Çekim Yasası, Billy The Kid'in zamanında bugünkü kadar etkindi; çünkü bu yasa tüm evrendeki yaratılışın temel yasasıdır. Eğer istemediğimiz (ya da istediğimiz) bir şey üzerinde uzun süre yoğunlaşırsak, bu şey er ya da geç gerçek olacaktır.

18 Tekerlekli Sendromu

Elbette biri kendimizi iyi, diğeri de kötü hissetmemize neden olan iki tür enerji yok. Ancak herhangi bir düşünceye ilişkin, dışarı gönderdiğimiz, çeşitli düzeylerde Kendini İyi Hissetme ve Kendini Kötü Hissetme titreşimleri var. Biz bunlara pozitif enerji ve negatif enerji diyoruz; aslında her ikisi de aynıdır fakat titreşimler farklıdır.

Herhangi bir şeyi düşündüğümüzde, bu şeye doğru bir tür pozitif ya da negatif enerji (duygu) gönderiyoruz. Nakarat hiç değişmiyor. Düşünürken hissediyoruz, hissederken titreşiyoruz, titreşirken çekiyoruz. Sonra sonuçları yaşamaya başlıyoruz.

Peki bu sonuçlar nasıl ortaya çıkıyor? Düşündüğümüz şeyin gerçek olmasını sağlayan neden ne?

Hiçbir şeyi umursamadığınız gençlik günlerinizde sizin de bir 18 tekerleklinin dibine kadar sokulmak gibi saçma sapan bir eğlenceniz var mıydı? Arabanızın burnunu neredeyse kocaman kamyonun arkasına dayarsınız. Resim gözünüzün önüne gelmiştir, değil mi? Ayağınızı gaz pedalından çekebilir, arkanıza

ÇEKİM YASASI SECRET

yaslanıp gevşeyebilir ve kamyonun gittiği yöne doğru kaptırıp gidebilirsiniz. Elbette bu geri zekalı davranışı savunmuyorum ama çekim ilkesi de hemen hemen aynıdır.

Ne zaman bir şeyi ciddi ciddi düşünsek, iki şey olur. Birincisi, düşüncenin uyandırdığı duygudan (mutluluk, üzüntü vb.) kaynaklanan bir titreşim gerçekleşir. İkincisi, duygularımız küçük düşünce parçacıklarını harekete geçirir. Bu manyetik parçacıklar duygularımız tarafından harekete geçirildikten sonra, titreşimlerimize ilişkin şeyi mıknatıs gibi çekmeye programlanırlar.

Yani bir şeyi düşünürüz, biraz daha düşünürüz, bundan söz ederiz, bunu ertesi güne taşırız, ardından bir sonrakine, bir sonrakine... Derken aynı frekansta bir sürü düşünce oluşur ve bunlar bir hamur topağı gibi bir araya toplanmaya başlarlar. Aynı türden ne kadar çok düşünce gönderirsek, bu topaklar o kadar büyür. Sonunda da büyük bir manyetik güce sahip olurlar. Her biri kendi güçlü manyetik enerji -pozitif (mutlu) ya da negatif (mutsuz)- girdabını oluşturur.

Bu güç merkezleri, benzer titreşimlerde olan her şeyi -buna siz de dahilsiniz- kendi girdaplarına çekerler. Bu da olayların gerçekleşmesini sağlar. Bunu bilmeden önce, kendinizi düşünce ve duygularınızla başlattığınız bir olayın tam ortasında buluyordunuz. Bu, sizin üzerinde yoğunlaştığınız bir şey olabilir; ya da belki aynı titreşimlerden oluşan tamamen farklı bir durumdur. Düşünce olmadan da duygu akışı olabilir, ancak örneğimizde manyetik top yuvarlanmasını başlatan duyguları düşünceler oluşturmaktadır.

Burada akılda tutulması gereken kritik nokta şudur: Bir şeyi ne kadar çok düşünürsek, bu ister arzuladığımız ister arzulamadığımız bir şey olsun, bunun gerçekleşmesi o oranda hızlanır. Bu, evrensel Çekim Yasası'dır: "Benzerler benzerleri çeker."

Sizin Gücünüz

Biz, bir 18 tekerleklinin peşine bilinçsizce takılıp gidenlerin, kendini aslında olmak istediği yerin çok uzağında bulanların oluşturduğu bir toplumda büyüdük.

Ortada kurban yok, sadece enerji aktaranlar var. Biz, yaşamlarımızı ve dünyamızı istediğimiz şekilde yaratma gücüne sahip olduğumuzun farkında değildik. Enerji akışını anlamadığımız için, her şeyin tesadüfen yaratıldığı şeklinde yanlış bir görüşe sahiptik.

Aslında bir “yaratıcı” olma süreci çok basit; ancak bize o kadar da kolay gelmiyor, çünkü bu kavram çok yabancı. Kendimizi yalnız hissederek –bu düşünceden ya da süregelen duygulardan kaynaklanabilir- kendi dünyamızı yarattığımız düşüncesini başlangıçta kuşkuyla karşılıyoruz. Bu yaratma gücüne her zaman sahip olduğumuz fikrine önceleri pek sıcak bakmıyoruz.

Ancak fizik fiziktir, manyetizma manyetizmadır ve ikisi de bize “benzerlerin benzerleri çektiğini” söylüyor.

Bu yeniliğe alışmaya çalışırken yalnız değiliz. Hepimiz bu yolda, derin bir bilgiye, güzelliğe ve güce sahip olan eşsiz bir partnerle ilerliyoruz: İç benliğimizle. Onun bizden esirgemediği desteği ve rehberliği, yaratılışın sihirli perileri olan o çok özel mücevherler, duygular kadar değerlidir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

HAYIR, HAYIR, O DEĞİL (Birinci Aşama)

Bir gün otobanda arabamla gidiyorum, bir yandan da çok sevdiğim bir kaseti dinliyordum. Herhangi bir şey üzerinde yoğunlaştığım söylenemezdi. Birden karnımda o tuhaf karıncalanmalardan birini hissettim. İçimde bir şeyler kıpır kıpır oldu. İç benliğim bana yine açık bir sinyal gönderiyordu işte. Duygularıma dikkat etmemi söylüyordu. Ama aklıma hiçbir şey gelmediğinden, bu sinyali görmezden gelmeye karar verdim.

Büyük Hata!

Düşüncelerimin dağılmasına izin verdim; hissettiğim Kırmızı Bayrak'la pek ilgilenmedim. Sonra aklıma kapatma sürecinde olduğum borçlardan biri geldi. O sıralar kendi ipotek şirketimi işletiyordum. Ev satın almak isteyen ya da eviyle ilgili finansmana ihtiyaç duyan kişiler için en uygun faizleri bulan, gerekli durumlarda fon sağlanması ve borçların kapatılması

için ayarlamalar yapan bir şirketti bu.

Genç bir çifte kredi bulmaya hazırlandığımız günlerde, çözebileceğimden emin olmadığım sorunlar çıktı ortaya. Sonuca bu kadar yaklaşımsken sorun yaşanması zaten kötüydü. Bundan da kötüsü, bu genç çift yaşadıkları büyük mali krizden kurtulmak için krediyi dört gözle bekliyordu. Tamamen olmasını istemediğim şey üzerinde yoğunlaşmıştım. Her tarafında olumsuz duygulara ilişkin Kırmızı Bayraklar sallanıyordu. Kendimi endişeli, suçlu ve üzgün hissediyordum. Bu negatif enerji akışının sonuçları hemen görüldü elbette.

Otobanda bir süre daha gittikten sonra, teyp benim sevgili kasetimin bandını kopardı. İki mil sonra, tam bir trafik keşmekeşinin ortasında sıkıştım kaldım. Yirmi dakika sonra bir arabayla çarpışma tehlikesi atlattım; daha doğrusu sürücüsü tam bir trafik canavarı olan bir araba az kalsın arkadan bana çarpıyordu. On dakika sonra kahvemın geri kalanını orijinal anlaşmaların üzerine döktüm. Sonunda bütün bu kargaşadan kurtulup telefona ulaştığımda, kredi talebimizin olumsuz sonuçlandığını öğrendim.

Şimdi enerjimi nasıl yaydığımı düşünüyorum da, olanlara hiç şaşırmıyorum.

Ne olmuştu? Bu kadar talihsiz olayın üst üste gelmesine yol açan şey neydi? Hepsi bir tesadüf müydü; her şey arka arkaya yaşanan şanssızlıklardan mı ibaretti? Elbette hayır! Hepimiz çocukluğumuzdan beri her gün bunu yapıyoruz. Hoşlanmadığımız, istemediğimiz şeyler üzerinde yoğunlaşıyoruz. Sonra da durum daha kötüye giderken kendimizi çaresiz hissediyoruz.

Yaşadığımız hayatın bizim dışımızda güçler tarafından yönetildiğine, bizim kontrolümüzde olmadığına inanıyoruz. Söylesenize, kaç kişi kötü bir patrona sahip olmanın, soyulmanın, kovulmanın, terk edilmenin ya da grip olmanın sorumluluğunu üstlenmeye yanaşır? Kaçımızda yaşadığımız sorunlar yüzünden hükümeti, ekonomiyi, ailelerimizi ya da sistemi suçlamayız? Ah tabii, bazı şeylerin, yaptıklarımızın sorumluluğunu

üstleniriz. Ama başımıza gelen her şeyin sorumluluğunu üstlenme konusunda gönüllü olur muyuz? Hiç sanmıyorum!

Yanlış Yanlıştır

Bu dünyada, "gizli acı çeken", ancak tek bir olumsuz düşünceye bile sahip olmadığına dair yeni Toyota'sı üzerine yemin etmeye hazır olan bir sürü insan var.

Bu insanlar size hayatlarında her şeyin gayet yolunda gittiğini, kendilerini mutlu hissettiklerini söyleyeceklerdir. Ancak hayatın hiç de adil olmadığını, herkesin haksızlıklardan payını alması gerektiğini söyleyecek olan da yine bu insanlardır. Olun, onlar yine de mutludurlar. Bir türlü istedikleri gibi yaşamamışlardır ama hayatı da olduğu gibi kabul etmek gerekir zaten. Onlar da hallerinden memnundurlar.

Onlara "Saçmalamayın!" diyorum.

Herhangi bir şekilde, herhangi bir miktarda negatif enerji yayıp sonra da mutlu olmamız mümkün değildir. Bu, fizyolojik açıdan olanaksızdır. Çünkü iki farklı (iç ve dış) sonucu faaliyete geçiren iki değişik titreşim yayıyoruz.

Gizli acı çekenler, açık ve basit bir şekilde kurbandırlar. Çoğumuz bir zamanlar öyleydik. Dünyayı, kontrol edemediğimiz sayısız koşuldan ibaret sanıyorduk. Hemen hepimiz kısa ya da uzun bir süre bunu yaşadık, yani kurban gibi davrandık.

Ancak buna devam etmek zorunda değiliz. Manyetik konusunun işbaşında olduğunu bir kez anladıktan sonra, hayatımızı etkileyen şeyin şans, kader, koşullar ya da zengin bir dayı değil de enerji akışı olduğunu görmezden gelmek mümkün değil zaten.

Şimdi, yıllarca hep sorunlar, kusurlar, hayatımızda istemediğimiz, hoşlanmadığımız, değiştirmek istediğimiz şeyler üzerinde yoğunlaştığımızı düşününce, neden hep olumsuz koşulları çektiğimizi anlayabiliyoruz. Hiçbir insan, enerji kaynağıyla bağlantısını koparıp gitmek istediği yere gidemez.

Özetle: Hayatı sürekli koşulların kurbanı olarak yaşarsanız, her zaman nesnelerin ve insanların kusurları üzerinde yoğunlaşırsanız, asla istediğiniz gibi bir hayata kavuşamazsınız. Değişmeyi ve bir şeyleri değiştirmeyi ister durursunuz, o kadar.

Yaratma Tarifi

Herhangi bir şeyi yaratmanın tarifi oldukça basittir. İyi ve kötü duyguları (yani pozitif ve negatif titreşimleri) alın, çeşitli derecelerde hislerle pişirerek manyetizmayı artırın. Çekeceğiniz şey, hoşunuza gitsin ya da gitmesin, ortaya çıkacaktır. Üzerinde yoğunlaştığımız ve titreştığımız şeyi çekeriz. Hem de doğduğumuz andan itibaren.

Eğer sürekli etrafımızdaki hoşlanmadığımız şeylere bir çare bulma arayışı içindeyssek, hoşlanmadığımız halde onların orada durmalarına izin vermişsek, yıllardır hep istemediğimiz şeyler üzerinde yoğunlaşmışız demektir.

Üzerinde yoğunlaştığımız şeyle titreşimsel olarak bağlantı kurmamız on altı saniye sürer. Evet, iyi ya da kötü, olumlu ya da olumsuz, saf, yoğunlaşmış bir düşüncenin oluşması için on altı saniye gereklidir. Bu kısa süre içinde, üzerinde hislerimizi de katarak düşündüğümüz şeyle aynı frekansta titreşmeye başlarız ve bu şeyi çekmeye hazır hale geliriz. Elbette üzerinde birden fazla kez düşündüğümüz, hayal kırıklığı ve gerginlik yaşadığımız, istemediğimiz, hoşlanmadığımız, değişmesini istediğimiz, ne yapacağımızı bilemediğimiz, baş edemediğimiz sayısız şey vardır. Bu nedenle hayatımız boyunca birçok şeyi birden fazla kez üzerimize çekmişizdir.

Şimdiye dek hayatımızda hiç olmasını istemediğimiz, gerginlik yaratan şeyler üzerinde durduk.

"Bunu değiştirmem gerek, bunu düzeltmem gerek, bir yolu bulmam gerek," dedik hep.

“Bunu kabul etmem gerek, bununla yaşamayı öğrenmeliyim, bu konuda yapabileceğim bir şey yok, istesem de istemesem de olacak” dediklerimiz de oldu.

Bu nedenle; olumsuz duygunun ne olduğunu, nasıl çalıştığını, onu nasıl tespit edeceğimizi, neden olumsuz duygulara sahip olmaya devam ettiğimizi, kontrol altına alma sürecinin ne kadar önemli olduğunu anlamamız bu kadar önemli.

Oyuncakçı

Küçük bir çocuğun kendini dünyanın en büyük, en ışıltılı oyuncakçısında bulduğunu ve ona istediği her şeyi yapabileceğinin söylendiğini düşünün. Ufff! Hayal etmek bile zor değil mi? Ama evrenimiz de böyledir işte; oynamak istediğimiz her şeyin ilgilenilmeyi ya da yaratılmayı beklediği kocaman bir oyuncakçıdır. Yapmamız gereken tek şey ne istediğimizi hissetmek ve bir mıknatıs gibi bunu çekmektir.

Diyelim ki bu oyuncakçada sizi bekleyen, heyecan verici yeni bir iş var. Ya da tam istediğiniz gibi lüks bir ev gözünüze çarpıyor. Köşeyi döndüğünüzde, harika bir yeni ilişki görüyorsunuz. Biraz ileride de ideal ölçülerdeki bedeninizle karşılaşıyorsunuz.

Harika! Peki bütün bu güzellikler nereden gelecek? Gökten zembille mi inecek yoksa melekler mi getirecek? İkisi de değil. Bunlar sizden gelecek. Bunların gerçek olmasını sağlamak için yapmanız gereken tek şey, yürekten, Kendini İyi Hissetme titreşimleriyle istemeniz.

Küflü Eski İnançlar

Hayatta şimdiye kadar her şey çok daha farklı olabilirdi. Ancak bunu kabul etmek bize zor geliyor. Çünkü, biz hep her şeyin daha farklı işlediğine inandık. Oysa olup biten her şey, geçmişte enerjimizi nasıl yaydığımızın sonucu. Hiçbir şey tesadüf ya da kader değil.

Olup biten hiçbir şey “dış güçlerin”, şansın ya da şanssızlığın, iyi bir insan olmanın, adil bir insan olmanın sonucu değil. Bunların aileyle, hükümetle ya da okulla ilgisi yok.

Hayatımızda olanlar, üzerinde yoğunlaştığımız şeylerin sonucu. Bu yoğunlaşmanın büyük bölümü küflü inançlardan, küçüklüğümüzden beri kafamıza sokulmaya çalışılan, bizim de körü körüne benimsediğimiz eski felsefelerden kaynaklanıyor. Hâlâ bunların etkisinde olduğumuz için gerçeği göremiyoruz.

İstemediklerimiz

Negatif enerjinin –bütün negatif enerjinin- geldiği bir tek yer var: İstemediklerimiz. Bazen buna suç diyoruz; bazen korku, bazen ayıp, bazen endişe bazen de kuşku adını veriyoruz. Ancak şu anda psikiyatrların klişe sözcüklerini kullanmak zorunda olmadığımıza göre, hepsinden İstemediklerimiz diye söz edeceğiz.

Belki inanması zor, ama günlük düşüncelerimizin –ve dolayısıyla duygularımızın- büyük bölümü istemediğimiz şeylerle ilgili. Bu hep böyle oldu ve olmaya da devam ediyor. Çoğunlukla otomatik ve bilinçsiz, sınırlayıcı olan bu tür düşüncelerin sonu gelmiyor. Gelin neler düşünüyoruz bir bakalım:

Kötü havada çalışmak istemiyoruz.

İşe geç kalmak istemiyoruz.

Patronumuzu kızdırmak istemiyoruz.

Kuraklığın devam etmesini istemiyoruz.

Marketten et almak istemiyoruz.

Kötü görünmek istemiyoruz.

Çocuklarımızın yaralanmasını istemiyoruz.

Gribe yakalanmak istemiyoruz.

İşten kovulmak istemiyoruz.

Kuyrukta beklemek istemiyoruz.

Sabahleyin erken kalkmak istemiyoruz.

Daha fazla fatura ödemek istemiyoruz.

Bu kadar soğuk bir iklimde yaşamak istemiyoruz.

Kırmızı ışığın yanmasını istemiyoruz.

Boşanmak istemiyoruz.

Sınavda başarısız olmak istemiyoruz.

Vb. vb. vb. vb. vb. vb. vb. vb.

Bunların bazıları bir anda yaptığımız seçimlerle ilgili şeyler, bu nedenle bizde fazla bir his yaratmıyor ya da büyük bir zarar görmemize yol açmıyorlar. Ancak diğerleri için aynı durum söz konusu değil.

Daha da kötüsü, bütün bir gün boyunca ortaya koyduğumuz bilinçli ve bilinçsiz İstemediklerimiz'in kolektif gücü, bireysel dünyamızı oluşturan titreşimsel karışımı ortaya çıkarıyor. Tabii, hoşunuza gitsin gitmesin, bu karışım negatif oluyor.

Örneğin geçmişimizden bugüne gelen "keşke"leri ele alalım:

Keşke annemle babam daha farklı olsaydı.

Keşke yüksekokula gitseydim.

Keşke onunla evlenmeseydim.

Keşke o işe girseydim.

Keşke o yola sapmasaydım.

Keşke, keşke, keşke....

Keşke'ler, İstemediklerimiz'in geçmiş zamanlı halleridir. "Bu anne babaya sahip olmak istemezdim", "Yüksekokul diploması olmadan iş aramak istemezdim", "Mutsuz bir evlilik yaşamak istemezdim", "Bu kadar düşük maaşlı bir iş istemezdim", "Kaza yapmak istemezdim ama o yola saptım işte".

Bir de aslında İstemediklerimiz'den başka bir şey olmayan ve insanı tuzağa düşüren Olumsuz İstekler vardır.

ÇEKİM YASASI SECRET

İyileşmek istiyorum.
Borçtan kurtulmak istiyorum.
Zayıflamak istiyorum.
Sigarayı bırakmak istiyorum.
Kötü giden evliliğimin düzelmesini istiyorum.
Daha iyi bir iş bulmak istiyorum.

İstemediğimiz bir şeyi ifade etmeyerek olumlu davrandığımızı düşünebilirsiniz, ama yoğunlaştığımız nokta neresi? Yine istemediğimiz şeyler üzerinde yoğunlaşıyoruz.

Olumsuz bir insan olduğunuz fikrine karşı çıkarsanız, size ilk katılan kişi ben olurum. Birçoğumuz olumsuz değiliz -şükürler olsun-. Hayattan elimizden geldiğince keyif almaya çalışıyoruz. Günbatımını izlemek hoşumuza gidiyor. Küçük balıkları suya geri atıyoruz. Arkadaşlarımız terfi ettiğinde memnun oluyoruz. Çocuklarımızın hiç de komik olmayan esprilerine gülüyoruz. Cuma geceleri dışarı çıkmayı seviyoruz. Başarılarımızla gurur duyuyoruz. Hem kendi hayatımıza hem de başkalarının hayatına neşe katmak için yapabileceğimiz her şeyi yapıyoruz.

Ancak yine de hayatımızın odak noktası hep İstemediklerimiz oluyor. Bu kadar çok çalışmak zorunda olmak istemiyoruz, arabanızın bozulmasını istemiyoruz, bütün gün boyunca şunun ya da bunun olmasını istemiyoruz; bu durumda da hep istemediğimiz şeyleri üzerimize çekiyoruz.

Diyeelim ki işinizin bir yönünü sevmiyorsunuz, arabanız bozuk ya da canınızı çok sıkan bir eşiniz var. Ve diyeelim ki siz bu İstemediğiniz şeyi sık sık düşünüyorsunuz. Bu konuya her dönüşünüzde ve hislerinizi de katarak her on altı saniye daha ekleyerek düşündüğünüzde hep bunu büyütür ve daha fazla güç kazanmasına neden olursunuz, hem de bunu düşünmeyi çok daha kolay hale getirirsiniz. Sonunda da bu meseleyi kafanızdan atamayacak hale geldiğinizi görürsünüz. Böylece iste-

LYNN GRABHORN

mediğiniz şeyin gerçek olmasına yol açarsınız.

Eğer yeni arabanızın hasar görmesini istemezseniz, otoparkta gelip arabanıza çarparlar.

Eğer sevimsiz komşulara sahip olmak istemezseniz, huysuz mu huysuz komşular gelip bitişiğinizdeki eve oturur.

Faturalar konusunda daha fazla sorun yaşamak istemezseniz, eskisinden de kötü sorunlar yaşamaya başlarsınız.

Eğer tatillerinizi yalnız geçirmek istemezseniz, bir tane bile arkadaş bulamazsınız.

On altı saniye ya da daha uzun bir süreyle titreşimlerinizi dahil ettiğiniz her şey, istesiniz de istemesiniz de size doğru yola çıkarır. İstemediğiniz şeylerden söz ederseniz ve bunların her birinden söz ederken on altı saniye süreyle duygularınıza katarsanız, bu şey sizin bir parçanız haline gelir, günlük titreşiminizin de bir parçası olur. Çok geçmeden bunu yaşamaya başlarsınız... pek hoşlanmazsınız... titreşirsiniz... bundan söz edersiniz... bundan şikayet edersiniz... bunu dert edersiniz... sonunda eskisinden daha güçlü hale getirirsiniz. İstemediğiniz şeyin titreşimi daha güçlü hale gelir.

Artık o şey sizi bırakamaz. Ne kadar yakınsanız yakının, ne kadar endişelenirseniz endişelenin, gidemez! Günlük titreşiminize dahil olur. Siz bunu daha fazla yaşadıkça, üzerinde daha fazla yoğunlaştıkça, düşündükçe, titreşiminiz daha güçlü hale gelir ve bir an önce kurtulmak istediğiniz bu şeyi daha sıkı tutar.

Dahası da Var...

Bir başka sorun daha var. Bir şeyi ne kadar sık ya da ne kadar yoğun düşünürseniz, sadece onu daha güçlü hale getirmekle kalmaz, onunla benzer frekanstaki her şeyi çekersiniz.

Siz aslında çatıyı yaptırmak için gerekli paraya sahip olmadığınızı düşünürken, sonuçlar kötü bir gribe yakalanmaktan işten kovulmaya kadar çeşitlilik gösterebilir. Birdenbire küçük,

tatlı sürprizlerle, aynı titreşim paketleriyle karşılaşabilirsiniz. Ancak bunlar, İstemedikleriniz ile aynı şeyler değildir. İstemediğiniz bir şeyi düşündüğünüzde, aynı frekansta olan başka şeylere açık davetiye göndermiş olursunuz. Eğer titreşimsel bir uyum söz konusuysa, siz üzerinde yoğunlaşmış olun ya da olmayın, bu şey sizin için gerçek olur.

Bir şey ters gittiğinde, her şeyin ters gitmeye başladığını fark etmediniz mi hiç? Bunun nedeni, sizin yaydığınız titreşimlerin aynı dalga boyundaki başka şeylerle uyumlu olmasıdır. Bir şeyi tekrar tekrar düşünürseniz, bir düşünce spirali yaratarak onun manyetik merkezi çevresindeki bir başka şeyi de kendinize doğru çekmiş olursunuz.

Örneğin uzun bir süre işinizi hiç sevmediğinizi düşünürseniz, sonunda lavabonuz tıkanabilir, anahtarlarınızı kaybedebilirsiniz, buzdolabınız bozulabilir, bileğinizi incitebilirsiniz. İstemediniz tek bir şey üzerinde yoğunlaşmanız, başınıza bundan daha kötü şeylerin gelmesine yol açabilir.

Kesin olan iki şey var:

- 1) İstemediğiniz bir şeyi uzun süre düşünürseniz ya siz onu çekersiniz ya da o sizi çeker.
- 2) İstemediğiniz bir şeyi hislerinizi de katarak düşünürseniz, aynı frekanstaki başka bir şeyi otomatik olarak çekersiniz.

Eşzamanlılık Meselesi

Peki bu konuda ne yapabiliriz? Bunu nasıl değiştirebiliriz? Bütün gün boyunca söylediğimiz ya da düşündüğümüz her şeye dikkat etmemiz mümkün değil elbette.

Ama merak etmeyin, bu o kadar da zor değil. Yapmamız gereken tek şey sihirli perimize, duygularımıza, geri dönmek ve "bu tür" ya da "o tür" bir enerji yaymanın nasıl bir duygu olduğunu belirlemek; kendimizi iyi mi yoksa kötü mü hissettiğimizi fark etmeyi öğrenmek.

Burada yeniden titreşimler üzerinde duralım. Evrendeki her şey titreşimlere karşılık verir; bu yasadır. Dünyada bizim açımızdan bu; dokunma, koku, renk, tat, işitme ve hisler anlamına gelir.

Neşe, tutku, sevgi ya da mutluluk hissettiğimizde, bu duygular bizim belirli titreşimlere ilişkin yorumlamamızdır. Endişe, suçluluk, öfke hissettiğimizde, bunlar da bizim titreşimlere ilişkin yorumlamamızdır. Neden bir duygunun diğerine oranla daha iyi hissettirdiğini unutmayın; biri Kaynağı-mıza yakın, diğeryse uzaktır.

Hepimiz fiziksel varlığımızın ötesinde, kendini insan bedninde ifade eden bir Enerji Kaynağı'na sahibiz. Bu enerji ile eşzamanlı olarak titreştiğimizde, kendimizi iyi hissediyoruz. Tam tersi olduğunda, yani bu saf, pozitif enerji ile eşzamanlı olarak titreşmediğimizde de kendimizi kötü hissetmeye başlıyoruz.

İstemediklerimiz, bizim eşzamanlılıktan çıktığımızı gösteriyor. Bir şeye bakıp "Bunu istemiyorum" dediğimizde, iki şey gerçekleşiyor:

Birincisi, İstemediğimiz şeyden kurtulamıyoruz; çünkü bu şeyin üzerinde durduğumuz sürece onu titreşimimizde tutuyoruz. İkincisi, kendimizi, kötü, morali bozuk, çökmüş hissediyoruz ve asla mutlu olamıyoruz.

Enerji Kaynağımız ile ne kadar eşzamanlı hareket edersek, kendimizi o kadar iyi hissediyoruz. Eşzamanlılıktan çıktıkça, kendimizi daha kötü hissetmeye başlıyoruz.

Ama Gözünüzü Dört Açın

Negatif hislerle ilgili temel sorununuz, genellikle bunların farkında olmamamızdır. Ancak düşük titreşimler yerine sürekli neşe ve keyfin yüksek frekansının peşinden gidersek, başarıya, sağlığa, mutluluğa ulaşmamız hiç de zor olmaz ve negatif hislerin de bir önemi kalmaz.

CEKİM YASASI SECRET

Her türlü negatif titreşim, hangi yoğunlukta olursa olsun ve hangi nedenden kaynaklanırsa kaynaklansın, bizim kendimizi "hayattan kestiğimizi" gösterir. Bu durumda var oluruz, ancak yaşamayız. Arada büyük bir fark vardır!

Negatif titreşimler, Enerji Kaynağımızı kullanamadığımızın bir göstergesidir.

Negatif titreşimler, bizim kendimize bizi neyin mutlu ettiğini düşünme iznini vermeyi reddettiğimizde ortaya çıkar.

İstemediklerimiz ile yaşamamız, negatif titreşimleri doğurur.

Negatif titreşimler, oyuncakçının kapısını kapattığımız anlamına gelir. Bu durumda isteklerimize ulaşamayız. Ancak Kendini İyi Hissetme titreşimleri başladığında, isteklerimize ulaşmamız mümkün olur.

Bu kadar basit işte. İsteklerimiz, sadece iç benliğimizin yüksek titreşimleri ile eşzamanlıdır. Bunlar bize zevki ve memnuniyeti getireceği için, ancak iç benliğimizin keyifli titreşimleriyle uyum sağlarlar. İstemediğimiz şeyi düşünürken, istediğimiz şeyin olmasını bekleyemeyiz. Bu, yağ ile suyu karıştırmaya çalışmak gibi bir şeydir. Düşük frekansların yüksek frekanslarla karışması asla mümkün değildir. Biri, o an hangisinin baskın olduğuna bağlı olarak, diğerine üstün gelecektir.

Olumsuz Tezahürat

Olaya başka bir açıdan bakalım: Keyif ve neşe ailesinden olmayan her türlü duygu olumsuzdur ve bir şeyden ya da birinden yoksunluktan kaynaklanmaktadır.

Düşünün. Şimdiye kadar yaşadığımız bütün olumsuz duygular -ne kadar gizlenmiş ya da bastırılmış olursa olsun- istediğimiz şeyleri elde edemememizden kaynaklanmadı mı? Soçlamayı ele alalım. Birini ya da bir şeyi, bize istemediğimiz bir şeyi verdiği ve bizi istediğimiz bir şeyden yoksun bıraktığı için suçlarız.

LYNN GRABHORN

Birini ya da bir şeyi kaybetmekten endişelendiğimizde, onun eksikliğinin bize yaşatacaklarından korkarız.

"Dış güçlerden" korkarız, çünkü güvenliğimizden yoksun kalacağımızı düşünürüz.

Yaptığımız her şeye bahane bulmaya çalışırız, çünkü başkalarının onayını alamamaktan (onaydan yoksun kalmaktan) korkarız.

Kendimizi mutsuz hissederiz, çünkü istediğimiz bir şeye sahip değilizdir; bu şey huzur da olabilir.

Kendimizi gergin hissederiz çünkü üretmek için zamanımız ya da kaynağımız yoktur.

Sözlükteki her olumsuz duygu yoksunluktan kaynaklanır. Şükürler olsun!

Ne mi diyorum?

Evet, bunun kulağa çılgınca geldiğini biliyorum. Ama neyi istemediğinizi bilmediğiniz sürece neyi istediğinizi nasıl belirleyeceksiniz? Bunu yapamazsınız.

Bu nedenle birinci aşama: Neyi istemediğinizi belirlemek.

Tür Önemli Değil

İki tür İstemediklerimiz var: Evrensel İstemediklerimiz ve Kişisel İstemediklerimiz. En yaygın ve belirlenmesi en kolay olan, Evrensel İstemediklerimiz'dir.

Evrensel İstemediklerimiz, dünyanın hoşlanmadığı, bu gezegendeki hemen hiç kimsenin istemediği, boş banka hesabı, hastalık, kötü ilişkiler, tatmin edici olmayan işler, şekli bozulan bedenler, düşük özgüven, akan çatılar, bozulan arabalar, çalınan para, trafik kazası, hatta küresel ısınma gibi şeylerdir.

Kişisel İstemediklerimiz ise hayatta belki sadece bizi rahatsız eden, başkaları açısından sorun teşkil etmeyebilecek, bizim kişisel olarak kaçınmak isteyebileceğimiz şeylerdir. Bir toplantıda konuşmak, örümcek öldürmek ya da uzun süreli iş yolculuklarına çıkmak, buna örnek olarak verilebilir. Bunlar

Evrensel İstemediklerimiz'den daha seyrek olarak ortaya çıkarlar; onlar kadar çok beklenmemektedirler.

Kişisel İstemediklerimiz, en azından başlangıçta, Evrensel İstemediklerimiz kadar ciddi değildir. Bunlar, hayatın güzelliklerini yaşama konusunda içten gelen isteğimizden kaynaklanır. Evrensel İstemediklerimiz'in temelinde ise uzun süreli insani korkular ve güvensizlikler vardır.

Ancak önemli olan, İstenmeyen'in Evrensel mi Kişisel mi olduğu, sürekli mi yoksa gelip geçici mi olduğu değildir. Önemli olan bunu yakalamak, görmek, tanımlamak için ne gerekiyorsa yapmak ve değiştirmektir.

Bu, duyguların kötüden iyiye çevrilmesi demektir. Hem de bir an önce...

Gözleyin

Kendini İyi Hissetme'nin harika dünyasına gidebilmek için yapmanız gereken şey, İstemediklerinizi değil, İstediklerinizi düşünmeye başlamanızdır.

Çünkü İstenenler ile İstenmeyenler kolayca birbiriyle karıştırılabilir. Genellikle kazanan İstenmeyenler olduğu için tedbirli olmamız gerekir.

Örneğin "Gribe yakalanmak istemiyorum" düşüncesini ele alalım. Aslında siz iyi olmak istediğinizi söylüyorsunuz, ama odak noktanız nedir? Siz, istemediğiniz şey üzerinde duruyorsunuz ve böyle titreşiyorsunuz. Çekim Yasası'na geri dönecek olursak, dikkatinizi neye yöneltirseniz onu çekersiniz. Ele aldığımız örnekte bu, gribe yakalanacağınız anlamına gelir.

Ya da "Artık bu eski arabayı kullanmak istemiyorum" dediğinizi varsayalım. Evet, yeni bir araba istiyorsunuz ama eski araba üzerinde duruyorsunuz. Bu durumda sadece İstemediğiniz (eski araba) ile uyumlu titreşmekle, yeni arabayı kendinizden uzak tutmakla kalmaz, zavallı eski arabanızın başına bir sürü tatsız şeyin gelmesine de neden olursunuz. Yeni bir araba

almak ya da eski arabayı elden geçirmek için gerekli paraya sahip olmadığınız üzerinde yoğunlaşırsanız, bütün olumsuzlukları eski arabanızın üzerine çekersiniz.

Eğer bir sınavda başarılı olmak istiyorsanız, "Sınavda başarısız olmak istemiyorum" dememelisiniz.

"Çocuğumun yaralanmasını istemiyorum" şeklinde güçlü bir duyguya kapılırsanız, çocuğunuzun başına kaza gelmesine yol açacak titreşimleri başlatmış olursunuz.

"Dolandırılmak istemiyorum."

"Yaşlandığımda hastalanmak istemiyorum."

"Arabamın bozulmasını istemiyorum."

"Böyle yaşamak istemiyorum."

"Bu kadar vergi ödemek istemiyorum."

"Hata yapmak istemiyorum."

"Savaştan nefret ediyorum."

Eğer İstemedikleriniz üzerinde yoğunlaşırsanız, bunların gitgide daha da büyüdüğünü görürsünüz.

Daha da tehlikelisi, "istiyorum" derken "istemiyorum" şeklinde titreşmemizdir. Örneğin:

"Bu ilişkiden kurtulmak istiyorum."

"Daha iyi maaşlı bir iş istiyorum."

"Bu hükümetin düşmesini istiyorum."

"Borçtan kurtulmak istiyorum."

"Yağmur ormanlarının yok edilmesine dur demeliyiz."

Odak noktamız neresi? Bu örneklerin her birinde, istediklerimiz değil, istemediklerimiz üzerinde yoğunlaşıyoruz.

Eğer İstemediğiniz bir şey konusunda öylesine gidip gelen düşüncelere sahip olursanız bu problem yaratmayacaktır. Ama gerçekte istemediğiniz bir şey üzerinde ısrarla duruyorsanız – bunun bir istek olduğunu düşünseniz bile- bu şey büyüyüp size zarar verecektir.

İçiniz Isınsın

Elbette her düşüncenin üzerinde durup bunun bir İstenen mi yoksa İstenmeyen mi olduğunu araştırmak zorunda değiliz. Eğer bunu yaparsak, beş dakika içinde çılgına döneriz. Yapmamız gereken şey, bir düşüncenin bize neler hissettirdiğine dikkat etmek.

Eğer söyledığınız ya da düşündüğünüz şey kendinizi bulutların üzerinde uçuyor gibi hissetmenize neden oluyorsa, bu bir İstenen'dir (Yeşil Bayrak).

Eğer üzerinize kara bulutların çöktüğünü hissediyorsanız, bir İstenmeyen söz konusu demektir. Ortada içinizi ısıtmayan, aksine soğutan bir şeyler varsa, İstenmeyen bir şey devrededir. İçinizi ısıtan bir İstek bulana ve güvenli bir şekilde titreşmeye başlayana kadar yeniden düşünün, yeniden yoğunlaşın ve yeniden hissedin.

İşte size iyi bir örnek: Kendi kendinize "Mutlu olmak istiyorum" deyin. Evet, bir İstenen'i ifade ediyorsunuz ama istediğiniz bir şeyin yoksunluğundan yola çıkıyorsunuz. Bunu söylerken kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Harika mı? (Sanmam!) Mutlu mu? (Hiç zannetmiyorum.)

Pekala, şimdi de "Şu andaki mutluluğumun daha da büyümesini, sonsuz bir keyif ve neşeye dönüşmesini istiyorum" deyin. Şimdi kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Çok daha iyi değil mi?

"Borçlarımdan kurtulmak istiyorum." Bunun kendinizi nasıl hissetmenize yol açtığını sormaya bile gerek yok. Bunun yerine "Yeteneklerimi eğlenceye, tatmine ve kâra dönüştürecek şekilde kullanmak istiyorum. Ve bunu yapabileceğimi biliyorum" deyin. Ya da: "Eğlenceye ve para kazanmamı sağlayacak projelere daha fazla zaman ayırmayı amaçlıyorum." Veya: "Yaratıcı olduğumda kendimi daha canlı hissediyorum." "... kurtulmak istiyorum" ile bunların hissettirdikleri arasında büyük bir fark vardır.

Ancak sözcüklere takılıp kalmayın yoksa işin içinden çıkmazsınız. Bir şeyi söylerken ya da düşünürken hissettikleriniz

üzerinde yoğunlaşın. Farklı ifadelerle ilgili deneyler yapın. Birinin size kendinizi çok iyi hissettirdiğini fark ederseniz güç kaynağınızı bulmuşsunuz demektir.

Her gün söylediğiniz bazı şeylerin kendinizi nasıl hissetmenize neden olduğuna dikkat edin:

"Evet, ben de bundan sıkıldım ve bıktım."

"Evet, biliyorum, olanlar çok kötü."

"Unut gitsin, hiç şansımız yok."

"Kabul ediyorum, o adam gerçek bir sorun."

Eğer söyledığınız bir şey gülümsemenize neden oluyorsa, içinizi ısıtmıyorsa, bu olumsuz bir titreşimdir ve bir İstenmeyen'dir. İçinizi ısıtmayan bir şeyi söylemeyin ya da değiştirin.

İşte Seçeneklerimiz

Sosyal bilinçli düşünme, yani kitlelerden gelen düşünceler, daha çok İstenmeyenler ile ilgilidir. İçinde yüzdüğümüz bu kasvetli düşünce denizi yüzünden başkalarını suçlamamız adil olmaz. Bir şeyin ne kadar kötü olduğundan kaç kez söz ettiniz? Bu da o denize katılır. Ya da arkadaşlarınızdan kaç şunun ya da bunun hakkında söylenmekte ya da yakınmaktadır? Bunlar da denize eklenir. "Lanet olsun, yine pazartesi geldi!" Hooop denize! Bunlar düşük titreşimlere neden olan şeylerdir. Biz de bunların arasında yaşayıp gidiyoruz.

Bu nedenle işte seçeneklerimiz: Ya olumlu bir titreşimi olumsuz titreşimden ayırt etmeyi ve İstemediklerimize karşı İstediklerimizi kontrol etmeyi öğreneceğiz; ya da biz de diğerleri gibi gözlerimizi kapatıp bu çöp denizinde yüzmeye devam edeceğiz. Mücadeleler, anlaşmazlıklar, çelişkiler, hastalıklar yaşayacağız. Mutluluk ödülümüz olmayacak.

Bunlar sert sözcükler belki, ama ortaya basit bir çözüm çıkarıyor: Biz düşüncelerin alıcısı yerine dinamosu oluyoruz. Artık biz talihsiz, olumsuzluklara açık bir yolcu değiliz. Sürücü

ÇEKİM YASASI SECRET

koltuğunda biz oturuyoruz. Dış güçler bizi yönlendiremiyor. Geçmişin gölgesinden kurtuluyoruz. Hayatımızı kendi seçimlerimize göre yaşıyoruz.

Öykünün Sonu

Benim de İstenmeyenler'in hayatımdaki diğer olumsuz koşulları çektiğini fark etmem kolay olmadı. Ancak sonunda kendimi kötü hissetmekten vazgeçip iyi hissetmeyi öğrendim ve sürekli bunu yapmaya çalıştım. Bir şey ters gittiğinde odak noktamı, dolayısıyla duygularımı ve titreşimlerimi değiştiriyorum ve İstenmeyenler'i İstenenler'e dönüştürüyorum.

Hayatımızda sayısız İstenmeyen engeline yer verirsek, neden neden neden soruları birbirini kovalıyor. Neden hayatım böyle? Neden istediğim kadar mutlu değilim? Nasıl bu hale geldik?

Sorun yok. Gerçekten! İstenmeyenler olmasaydı, İsteklerimize kavuşamazdık. Şimdi bu İsteklerimize tesadüfen değil, bilinçli şekilde ulaşmayı öğreniyoruz.

İstemediğiniz bir şeylerle karşılaştığınızda, bunun nedeninin yaydığınız olumsuz enerji olduğunu bilin. Hemen kendinizi iyi hissetmeye çalışın. İsteklerinize ulaşmak için onlara doğru yeşil bayrak sallayın.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

**EVET, EVET!
ŞU, ŞU VE ŞU!
(İkinci Aşama)**

Hayatımızın büyük bölümünü ne yazık ki İstemediklerimiz'in şekillendirdiğini öğrendiğimize göre, artık İsteklerimizin gerçekte neler olduğunu ve bunları birer birer ortaya çıkardıktan sonra ne yapacağımızı öğrenmeye başlayabiliriz.

Kulağa aptalca geliyor, değil mi? Herkes hayatta ne istediğini bilir herhalde?

Yanlış! İstekler, insan ırkının en yanlış anladığı, en çok göz ardı ettiği ve en çok korktuğu şeylerdir. Birçok insan için, istekler konusunda düşünmek, dışı koltuğuna oturmaktan daha korkutucudur.

İstekler konusuna derinlemesine dalmadan önce, hayatta bize neyin keyif ve coşku verdiğini, neyin hayatı yaşamaya değer kıldığını anlamamızda yarar var. Çok garip ama, bize en büyük mutluluğu yaşatan şey, bizim hep kaçınmamız gerekti-

ğimizi düşündüğümüz şey: Zıtlık. Sevilenler ve sevilmeyenler, istenenler ve istenmeyenler. Eğer zıtlıklar olmasaydı, herhalde delirirdik.

Bu karmaşık durumu daha iyi anlamak için, gelin hep birlikte kurgusal bir gezegen olan Sameville'de kurgusal bir kasa-baya doğru hayali bir yolculuğa çıkalım.

Hayır, Teşekkürler Sameville

İşte orada, tam altımızda. Alan, Dünya'ya benziyor; aynı topraklar, aynı şekilde insanlar, her şey aynı. Tek farklılık her şeyin gri olması. Manzara, binalar, arabalar, hayvanlar, bedenler, her şey tek renk, her şey gri. İnsanlar son derece ruhsuz görünüyorlar, çünkü her şey aynı. Zorluk yok, engel yok, zıtlık yok!

İnsanlardaki ataleti fark ediyor musunuz? Sıkıntı var, yılgınlık var. Buna şaşmamak gerek. Sameville'de hiç kimse kararlar vermek zorunda değil. Hiç kimse diğerinden farklı değil, işlerdeki uyaran düzeyi bile aynı. Gördünüz mü? Burası cehennemden farksız.

Kim böyle bir yerde yaşamak ister ki? İnsanın amacı kalır mı? Yükselmeye olanağı yok, arzulanan hiçbir şey yok, takdir edilmeyi gerektirecek farklar yok, ilham verecek bir şey yok.

Sonu gelmeyen can sıkıntısından ibaret bir yer. Biz Dünya denen gezegene bundan kaçınmak için gelmedik mi? Belki çok garip ama, biz buraya zıtlıklar için geldik.

Dünya bize farklı seçenekler sunuyor; böylece nelerden hoşlanmadığımızı belirleme olanağına kavuşuyoruz ve hoşlandığımız şeyleri yaratabiliyoruz. Birilerinin dediği gibi, eğer insan sadece vanilyalı dondurma yapmış olsaydı, başka dondurma çeşidi olmasaydı, hayat çok sıkıcı olurdu.

Bizim seçeneklerimiz var. Bunlar bize istediğimiz şeyleri yaşama ve bunların keyfini çıkarma fırsatı sunuyor. Fakat aynı zamanda bunları hayata geçirmeden önce adeta işkence ve yoksunluk yaşıyoruz.

Kabul edelim; biz insanlar nelerden hoşlanmadığımızı, nelerin bizi rahatsız ettiğini biliyoruz; ancak neleri gerçekten istediğimizi belirleme konusunda o kadar başarılı değiliz. Bu nedenle bunları birer birer hayatımıza çekip keyiflerini çıkarıyoruz.

Ne istiyorsunuz? Biliyor musunuz? Düşlemeye cesaret edebiliyor musunuz? Arzulamaya cesaret edebiliyor musunuz? Hayal gücünüzün (ki hayal gücü insanlara verilmiş en güzel hediyedir) sınırlarını zorlayabiliyor musunuz? Ne istiyorsunuz? Gerçekten, yürekten ne istiyorsunuz?

İsteme İşkencesi

Daha önce de söylediğimiz gibi, neyin üzerinde yoğunlaşırsak ve ne hissedersak onu yaşarız. Elbette şöyle diyebilirsiniz: "Başkalı durmadan bir şeyler isteyebilir; ama ben gündüz düşleri kurmaya başlamak istemiyorum. Hayatım yolunda gidiyor, idare edip gidiyorum işte. Neden bu noktada hayal kırıklıkları yaşamayı göze alayım ki?"

Sahip olmak isteyip de olamadığımız her şeyin, gitmek isteyip de gidemediğimiz her yerin, tırmanmak isteyip de tırmanmadığımız her yerin farkındayızdır. Seçtiğimiz birçok şeyi elde edemediğimize göre neden istemeye başlayalım ki? Hani şu bildik "Ne kadar çok istersem, o kadar az elde ediyorum" senaryosu geçerlidir işte. Madalyonun diğer tarafında ise "Elbette bir sürü arzum ve isteğim var, ama bunlara ulaşmak gibi bir beklentim yok" sözü bulunmaktadır.

Ne yazık ki, isteklerin hem bencilce hem de gerçekleşmesi pek mümkün olmayan şeyler olduğu konusunda beynimiz yıkanmıştır.

Üçüncü ya da dördüncü sınıfta olduğunuz günleri hatırlıyor musunuz? Daha o zaman hayal kırıklığının anlamını ve bunun insana ne kadar acı verdiğini öğrenmiştiniz. Bu duygudan olabildiğince kaçınmaya da karar vermiştiniz. Hayatınızın erken dönemlerinde, bir şeyi ne kadar çok isterseniz, bunu elde ede-

memeniz halinde yüreğinizin o kadar acıyacağını keşfetmişsiniz. Belki, istediğiniz şeyin gerçek olacağından kesin olarak emin olmadığınız sürece istemekten vazgeçmişsiniz.

Bundan önce bile, yeni yeni yürümeye başlayan bir çocukken, sehpanın üzerinde duran cam vazoya yaklaştığınızda çığlıklarla karşılaşıyordunuz: "Hayır, hayır, dokunma!" "Sakin ha, cısss, onu isteyemezsin!" sözünü belki altmış bin kez duymuşsunuzdur. Dördüncü yaş gününüzde, artık bir şeyi istemeden önce iki kez düşünür hale gelmiş olduğunuzdan eminim. Sizin için istemek "tu kaka" olmuştu değil mi?

Bu ileriki dönemlerde de değişmez. Ona hayır, buna hayır... Büyürken hep hayır cevabıyla karşılaşsınız. Liseye geldiğinizde, sosyal açıdan kabul görmeyen hiçbir şeyi isteyemezsiniz. Diyelim ki yeni bir arabaya sahip olmak, bir yandan okurken bir yandan kendi işinizi yapmak, gelecek yıl da milyoner olmak istiyorsunuz. Bunlar adeta yasaklanır! "Saçmalama! Gerçekçi ol biraz! Uçmaktan vazgeç!" der birileri. Biz de tutkularımızı bastırır, kendimizi gerekliliklere ve zorunluluklara teslim ederiz.

Hep aynı ifadeyle karşılaşır dururuz: Toplum kuralları kitabında yazmayan bir şeyi ne kadar çok istersek, bunu elde edememe olasılığımız o kadar artar. Düşleriz, asla olmaz. Biraz daha düşleriz, gerçekleşmez. Ne kadar çok istersek, elde edememe konusunda kendimizi o kadar kötü hissederiz.

Sonunda küçük, masum düşlerin dışında, düş kurmaktan vazgeçeriz. Kendimizi adeta korumaya alırız. Düşlediğimiz küçük şeyleri bile elde edemezken, büyük isteklerin bizi incitmesinden korkarız.

Seçtiğimiz şu yola bakar mısınız!

İstek Engelini Yıkma

Hayatımız boyunca alıştığımız bir şeyi yıkmak başlangıçta bize zor gelebilir; ancak eğer tesadüfen değil de bilinçli olarak

bir şeyler yaratmak istiyorsak, bu engeli yıkmak zorundayız. Ayrıca, dürüst olmak gerekirse, istememek yerine nasıl isteyeceğimizi öğrenirsek, verimli istemeyi öğrenmemiz hiç de zor olmaz.

Hayatımızda üç temel İstek vardır ve bunların her biri kendi amacını içermektedir.

Gerçek İstekler

İlk istekler, İstenmeyenlerden doğan gerçek isteklerdir. "Tatilde kayınpederimi ve kayınvalidemi ziyarete gitmek istemiyorum; bunun yerine... istiyorum?", "Artık burada yaşamak istemiyorum; bunun yerine... istiyorum".

Bunlar en kolaylarıdır. İstenmeyen sayfasını çevirirseniz, diğer sayfada gerçek isteğiniz ile karşılaşsınız.

Olumsuz İstekler

Bu istekleri kendinizi nasıl hissettiğinizi dikkate alarak belirleyebilirsiniz, çünkü bunlar kendinizi iyi hissettirmezler. Ta ki üzerlerinde yeniden yoğunlaşıp bunlardan kurtulana kadar.

"İyi olmak istiyorum" ifadesinin odak noktası, sizin şu anda iyi olmadığınızdır. Bu bir Olumsuz İstek'tir. "Zengin olmak istiyorum" da aynı güçlüğü ifade etmektedir. İkisi de bize rahatsızlık veren bir yoksunluktan, istediğimiz bir şeye sahip olmamamızdan kaynaklanmaktadır. Olumsuz İstekler her zaman İstenmeyenler'dir ve duygularınıza kulak vermediğiniz sürece bunları belirlemeniz zordur.

Eğer aşırı kiloluysanız ve zayıf olmak istiyorsanız, ma- sumca "Zayıflamak istiyorum" diyebilirsiniz. Bu bir Olumsuz İstek'tir ve asla, asla içinizi ısıtmayacaktır. Bu tür bir istek bir özlem- den, imrenmeden ya da boş bir dilekten, sonuçta mutlaka ama mutlaka negatif enerjiden doğmaktadır. Heyecan tabanlı değil, korku tabanlı bir gereksinimden kaynaklanmaktadır.

ÇEKİM YASASI SECRET

Doğal olarak, zaten sahip olduğunuz bir şeyi istemezsiniz. Ancak sadece buna sahip olmadığınız düşüncesi üzerinde yoğunlaşırsanız, bu isteğiniz asla gerçekleşmez. Çünkü odak noktanız, yokluktur.

Eğer istediğiniz şey -ve bunu ifade ediş biçiminiz- sizi mutlu etmiyorsa, bu bir Olumsuz İstek'tir ve olumlu bir hale, heyecan verici bir arzuya dönüştürülmesi gerekir.

Haklı İstekler

Son sırada yer alan isteklere ben Haklı İstekler adını veriyorum. Çünkü din, aile, dostlar ya da iş arkadaşları aksini söylese de, biz dilediğimizi isteme hakkına sahibiz. Yaratıcı becerilerimiz seçtiğimiz şekilde kullanma hakkımız var ve bu doğrudan geliyor. Hayatımızda istemediğimiz bir şeyi istediğimiz bir şeyle değiştirebiliriz. Bu bizi memnun ediyorsa, başkalarını da memnun edecektir. Etmiyorsa da ne yapalım!

Haklı İstekler'e kulak verirsek, sonunda gerekliliklerin ve zorunlulukların baskısından kurtulur, istediğimiz gibi bir hayat sürmeye başlayabiliriz.

Biz bu dünyaya keyif sürmek için geldik. Kendimizi iyi hissetmemizi sağlayacak bir şeyler istemek de en doğal hakkımız.

Bu size bencilce gelebilir, ama sakın öyle düşünmeyin. Bu söylediklerimi hayata geçirdiğinizde, hem sizin açınızdan hem de çevrenizdekiler açısından ne kadar yararlı olduğunu göreceksiniz.

İstemek: Hayatın Gerekliği

Size, "Pekala, ne istiyorsunuz?" diyorum. Siz de "Çok kolay. Faturalarımı ödemeyi, çocuklarıma bakmayı, güzel bir ev satın almayı, iyi bir iş kurmayı, hayatımı paylaşabileceğim bir eş bulmayı ve çok sağlıklı olmamı sağlayacak kadar para istiyorum. Yeni bir arabaya da hayır demem," diyorsunuz.

LYNN GRABHORN

Evet, bu bir başlangıç, hem de iyi bir başlangıç. Ama hepsi o kadar, başlangıç! Birçok kişi için bütün bunlara sahip olmak, cennette yaşamakla eşdeğerdir. Ancak eğer iç benliğimizin frekansına daha yakın yaşamak için tüm gücümüzü ortaya çıkarmak istiyorsak, bütün bunların ötesine geçmeliyiz.

Peki başka? Başka ne istiyorsunuz?

Evet, elbette İstekler yıllar içinde değişir. Belki de doğum gününüzde size bir midilli hediye edilmesini istemeye başlarsınız, kim bilir!

Belki de içinizde uzun zamandır unutmuş olduğunuz fanteziler gizlidir. Nedir bunlar? Ne kadar zamandır orada sizin yeniden maceracı gündüz düşleri görmeni bekliyorlar?

En küçük, en büyük, en eski, en yeni, en derinlerdeki hırslarınız, arzularınız neler? Olanaksız gördüğünüz, asla elde edemeyeceğinizi düşündüğünüz, yüksek sesle dile getiremediğiniz, Tanrı'ya bile söyleyemediğiniz istekleriniz var mı? Nedir bunlar? Neleri istemekten vazgeçtiniz?

Biz Sameville gezegeninde yaşamıyoruz! Biz bu dünyaya zıtlıklar yaşamak için geldik. İsteklerimizi nasıl ortaya koyacağımızı öğrenmek için geldik. Peki o zaman İstemediklerimize esir olmamız saçma değil mi?

Biz dünyaya isteklerimizi yaratmak, düşlerimizi gerçekleştirmek, var olmanın dayanılmaz hafifliğini yaşamak için geldik.

İyi ve kötüyü birlikte yaşamak, hoşlanmadıklarımızla hoşlandıklarımızı ayırt etmeyi öğrenmek için geldik.

O halde yapalım bunları!

Birer hazine değerindeki düşlerinizi gizlediğiniz yerden çıkarın, tozlarını özenle alın ve hepsine uzun uzun bakın.

Bunların ne kadar uzak olduğunu unutun.

Umutsuz olduklarını, düşünmeye bile değmeyeceklerini unutun.

Bencilce davranabileceğinizi unutun.

ÇEKİM YASASI SECRET

Hepsini unutun.
İstemek sadece sizin en temel hakkınız değil, hayatın da temel gerekliliklerinden biridir.

Ah Evet,

Siz Bunu Gerçekten Hak Ediyorsunuz

Size önemli haberlerim var: İsteklerinize ulaşmak için tatsızlıklara katlanmak zorunda değilsiniz.

Bir şeyler kanıtlamak ya da ahlaki bir sınavdan geçmek zorunda değilsiniz.

Ailenize, kendinize ya da Tanrı'ya karşı nedenler açıklamak, bahaneler bulmak zorunda değilsiniz.

Şu andakinden daha değerli, daha fedakar, daha güvenilir olmak zorunda değilsiniz.

Sadece tek bir şeye odaklanmanız gerekiyor... mutlu olma-ya...

Ancak isteklerinizin -düşlerinizin, arzularınızın, özlemlerinizin- gizlendikleri yerden çıkmasına ve kendini ortaya koymasına izin vermediğiniz sürece, mutlu olma yolunda tek bir adım bile atamazsınız.

İstek, tıpkı bilinçli veya bilinçsiz olarak içinizde bir yerlerde gizli olduğunu bildiğiniz ama ortaya koymaya cesaret edemediğiniz bir yetenek gibidir. İstemek, bunun sizin bir parçası olduğunu kabul ettiğinizde, eğlenceli hale gelir. Keyiflenirseniz farklı şekilde titreşmeye başlarsınız; çünkü hayattan keyif aldığınız sürece olumsuz titreşemezsiniz ve olumsuz şeyleri çekemezsiniz.

Hayattan keyif aldığınız sürece kendinizi güvensiz, mahcup, değersiz, güvenliksiz, suçlu hissetmeniz olanaksızdır, çünkü titreşimleriniz bu yönde değildir. Herhangi bir yoksunluk hissedemezsiniz. Yoksunlukları çekemezsiniz.

İsteklerinizin ortaya çıkmasına izin verdiğinizde yapacağınız tek şey kendinizi daha keyifli, daha verimli ve daha özgür

LYNN GRABHORN

hissetmek, bu yönde titreşmektir. Pek de büyük bir bedel değil, değil mi?

Neyi düşlemeyi seçtiğiniz önemli değildir! Sizi mutlu edecek ve olumlu titreşmenizi sağlayacak bir düş seçin yeter. Keyif düşleyin, tatmin düşleyin, eğlence düşleyin. Yeter ki düşleyin!

Soluk almak ne kadar günahsa, arzulamak -istemek- da o kadar günah. Sakın isteklerinizi temize çıkarmaya çalışmayın. Sakın! Temize çıkarmayla, savunmayla, mantıksallaştırmakla -bunların hepsi olumsuz akıştır- temel enerjinizle bağlantınızı sürdürmeniz mümkün olmaz.

İstekleriniz konusunda hiç kimseye, hiçbir şeye, hiçbir otoriteye karşı bahaneler bulmak zorunda değilsiniz. Bunu yaparsanız, enerjinize arkanızı dönmüş, varlığını ve Yaşam hakkınızı inkar etmiş olursunuz. Yaygın öğretilerin aksine, mutluluğa sahip olmak sizin doğuştan gelen hakkınızdır.

Her şeye boş verin ve düşleyin. Hayatınızın her dakikasını yaratan şey sizin ne düşündüğünüz ve nasıl titreştiğinizdir. Bu durumda da hayatınıza yön vermek sizin elinizdedir.

Ve ikinci aşama: Ne istediğinizi belirleyin.

Anahtar

Yürekten arzuladığınız bir şeyi elde etmenin anahtarı, istediğiniz konusunda kendinizi iyi hissetmenizi sağlayacak bir yol bulmaktır. Dilememeli, imrenmemeli, özlememeli, iç çekmemeli, ya da cesaretinizi kırmamalı, kendinizi iyi hissetmelisiniz. (Unutmayın; gereklilik korkudan, arzu heyecandan doğar. Bunlar iki zıt titreşimsel kutuptur.)

Şimdi bir ikilem yaşıyoruz. İstiyoruz, bu bizim kendimizi kötü hissetmemize yol açıyor. Çünkü hem istediğimiz şeye sahip değiliz, hem de bunu nasıl elde edeceğimiz konusunda hiçbir fikrimiz yok.

Çözüm mü? Duyguyu değiştirin!

ÇEKİM YASASI SECRET

Bir şey istediğinizde, düşüncelerinizi birkaç dakika süreyle bu istek üzerinde yoğunlaştırın ki bir duygu ortaya çıksın: İyi, kötü, Kırmızı Bayrak, Yeşil Bayrak olması önemli değil. Sonra bu duyguya dikkat edin. Eğer heyecan yerine moral bozukluğu, cesaretsizlik yaşıyorsanız, sahip olmak yerine sahip olmamayı düşünüyorsunuz demektir. Bu, istediğiniz şeyin yokluğu üzerinde durduğunuzu gösterir.

Diğer yandan, küçücük bir heyecan duymanız, içinizin ısınması bile doğru yolda olduğunuzu gösterir.

Bilinçli yaratma süreci için düşüncelerinizi istemediklerinize kapatmanız, istediklerinize açmanız gerekmektedir. Bundan sonra yapılması gereken şey, kendimizi bu İstekler konusunda iyi hissetmenin yollarını bulmaktır. O zaman isteğimize kavuşmamız hiç de zor olmayacaktır.

Heyecan Duymak

Bir İstenmeyen'i İsteğe dönüştürmek için gerekli olan şeyin, kendimizi bu İstek konusunda cesaretsiz değil harika hissetmenin yollarını bulmak olduğunu biliyoruz. Bu, uzun bir süre gizli kalmış bir İstek olabileceği gibi, yepyeni bir İstek de olabilir. Süreç değişmez.

Kendimizi nasıl iyi hissedeceğimiz ve İstenmeyenler yerine İstekleri nasıl çekeceğimiz, Çekim Yasası'nın en önemli bileşenini oluşturur.

İsteddiğiniz şeyi belirledikten sonra, buna sahip olmanız halinde neler hissedeceğiniz üzerinde durmalı, sahip olmamanız halinde hissedeceklerinizin üzerinde durmaktan kaçınmalısınız.

Başka bir deyişle, eğer yüzme bilmiyorsanız, yüzmenin nasıl bir şey olduğunu (heyecanlı) hissedin; sizden başka herkesin yüzmesi halinde ne kadar utanacağınızı değil.

Şu andaki işinize takılıp kalmak yerine, yeni bir işe sahip olduğunuzda yaşayacaklarınızı (heyecan) hissedin.

LYNN GRABHORN

Nasıl bir sevgili istediğinizi ve birlikte ne kadar güzel bir ilişki (heyecan) yaşayacağınızı hissedin.

Artık iç benliğinizle uyumlu titreşiyorsunuz. Arzularınız ke-yifle titreşimlerinize dahil oluyor, bir mknatıs görevi görüyor ve sizin bunların gerçekliğini on altı saniye süreyle her hissettiğinizde büyüyor. Artık sosyal bilincin olumsuz titreşimlerinden kurtuluyorsunuz ve isteklerinizi size doğru çekecek, kendinizi iyi hissetmenizi sağlayacak enerjiyle uyumlu titreşiyorsunuz.

Artık Kırmızı Bayrak sallamıyor ve istediğiniz şeyin yokluğuyla uyumlu hareket etmiyorsunuz (bu durumda da daha fazla yokluğu üzerinize çekmiyorsunuz). Yeşil Bayrak sallıyor ve istediğiniz şeye sahip olmakla uyumlu hareket ediyorsunuz; buna henüz sahip olmasanız bile.

İsteddiğiniz şeye neden hâlâ sahip olmadığınız meselesine takılıp kalmazsanız, buna sahip olduğunuzu hissettiğinizde yaşayacağınız heyecanlı, mutlu yüksek titreşim bu isteği getirip sizin kucağınıza bırakacaktır.

Nedenler

Bir isteği kendimize çekmek için, olabildiğince olumlu ve heyecanlı bir enerji akışı sağlamamız gerektiğini biliyoruz. Bunu yapmanın en iyi yollarından biri, bir şeyi istememizin "nedenlerinden" söz etmektir. "Ne" tanımlar, pilimizi şarj eden ve enerjinin akmasını sağlayan ise "Nedenler"dir.

Bir şeyi istemenin nedenlerini düşündüğünüzde, bunu hissetmeye başlarsınız. Giderek daha heyecanlı, daha tutkulu hale gelirsiniz. Sonunda "İşte istediğim bu!" dersiniz.

Nedenlerinizi ifade ederek, bir isteği ateşlemiş olursunuz. Aküsü bitmiş bir araba, siz aküyü şarj edene dek hiçbir yere gidemez. Şarj etmezseniz gidemezsiniz; isteğinize asılmazsanız onu çekemezsiniz; çekemezseniz elde edemezsiniz.

Çünkü... Çünkü... Çünkü...

Bir şey istediğinizde, düşüncelerinizi birkaç dakika süreyle bu istek üzerinde yoğunlaştırın ki bir duygu ortaya çıksın: İyi, kötü, Kırmızı Bayrak, Yeşil Bayrak olması önemli değil. Sonra bu duyguya dikkat edin. Eğer heyecan yerine moral bozukluğu, cesaretsizlik yaşıyorsanız, sahip olmak yerine sahip olmamayı düşünüyorsunuz demektir. Bu, istediğiniz şeyin yokluğu üzerinde durduğunuzu gösterir.

Diğer yandan, küçücük bir heyecan duymanız, içinizin ısınması bile doğru yolda olduğunuzu gösterir.

Bilinçli yaratma süreci için düşüncelerinizi istemediklerinizle kapatmanız, istediklerinize açmanız gerekmektedir. Bundan sonra yapılması gereken şey, kendimizi bu İstekler konusunda iyi hissetmenin yollarını bulmaktır. O zaman isteğimize kavuşmamız hiç de zor olmayacaktır.

Heyecan Duymak

Bir İstenmeyen'i İsteğe dönüştürmek için gerekli olan şeyin, kendimizi bu İstek konusunda cesaretsiz değil harika hissetmenin yollarını bulmak olduğunu biliyoruz. Bu, uzun bir süre gizli kalmış bir İstek olabileceği gibi, yepyeni bir İstek de olabilir. Süreç değişmez.

Kendimizi nasıl iyi hisseceğimiz ve İstenmeyenler yerine İstekleri nasıl çekeceğimiz, Çekim Yasası'nın en önemli bileşenini oluşturur.

İsteddiğiniz şeyi belirledikten sonra, buna sahip olmanız halinde neler hisseceğiniz üzerinde durmalı, sahip olmamanız halinde hissececeklerinizin üzerinde durmaktan kaçınmalısınız.

Başka bir deyişle, eğer yüzme bilmiyorsanız, yüzmenin nasıl bir şey olduğunu (heyecanlı) hissedin; sizden başka herkesin yüzmesi halinde ne kadar utanacağınızı değil.

Şu andaki işinize takılıp kalmak yerine, yeni bir işe sahip olduğunuzda yaşayacaklarınızı (heyecan) hissedin.

Nasıl bir sevgili istediğinizi ve birlikte ne kadar güzel bir ilişki (heyecan) yaşayacağınızı hissedin.

Artık iç benliğinizle uyumlu titreşiyorsunuz. Arzularınız keyifle titreşimlerinize dahil oluyor, bir mknatıs görevi görüyor ve sizin bunların gerçekliğini on altı saniye süreyle her hissetişinizde büyüyor. Artık sosyal bilincin olumsuz titreşimlerinden kurtuluyorsunuz ve isteklerinizi size doğru çekecek, kendinizi iyi hissetmenizi sağlayacak enerjiyle uyumlu titreşiyorsunuz.

Artık Kırmızı Bayrak sallamıyor ve istediğiniz şeyin yokluğuyla uyumlu hareket etmiyorsunuz (bu durumda da daha fazla yokluğu üzerinize çekmiyorsunuz). Yeşil Bayrak sallıyor ve istediğiniz şeye sahip olmakla uyumlu hareket ediyorsunuz; buna henüz sahip olmasanız bile.

İsteddiğiniz şeye neden hâlâ sahip olmadığınız meselesine takılıp kalmazsanız, buna sahip olduğunuzu hissettiğinizde yaşayacağınız heyecanlı, mutlu yüksek titreşim bu isteği getirip sizin kucağımıza bırakacaktır.

Nedenler

Bir isteği kendimize çekmek için, olabildiğince olumlu ve heyecanlı bir enerji akışı sağlamamız gerektiğini biliyoruz. Bunu yapmanın en iyi yollarından biri, bir şeyi istememizin "nedenlerinden" söz etmektir. "Ne" tanımlar, pilimizi şarj eden ve enerjinin akmasını sağlayan ise "Nedenler"dir.

Bir şeyi istemenin nedenlerini düşündüğünüzde, bunu hissetmeye başlarsınız. Giderek daha heyecanlı, daha tutkulu hale gelirsiniz. Sonunda "İşte istediğim bu!" dersiniz.

Nedenlerinizi ifade ederek, bir isteği ateşlemiş olursunuz. Aküsü bitmiş bir araba, siz aküyü şarj edene dek hiçbir yere gidemez. Şarj etmezseniz gidemezsiniz; isteğinize asılmazsanız onu çekemezsiniz; çekemezseniz elde edemezsiniz.

Çünkü... Çünkü... Çünkü...

ÇEKİM YASASI SEÇİMİ

Bir şey istediğinizde, düşüncelerinizi birkaç dakika süreyle bu istek üzerinde yoğunlaştırın ki bir duygu ortaya çıksın: İyi, kötü, Kırmızı Bayrak, Yeşil Bayrak olması önemli değil. Sonra bu duyguya dikkat edin. Eğer heyecan yerine moral bozukluğu, cesaretsizlik yaşıyorsanız, sahip olmak yerine sahip olmamayı düşünüyorsunuz demektir. Bu, istediğiniz şeyin yokluğu üzerinde durduğunuzu gösterir.

Diğer yandan, küçük bir heyecan duymanız, içinizin ısınması bile doğru yolda olduğunuzu gösterir.

Bilinçli yaratma süreci için düşüncelerinizi istemediklerinizle kapatmanız, istediklerinize açmanız gerekmektedir. Bundan sonra yapılması gereken şey, kendimizi bu İstekler konusunda iyi hissetmenin yollarını bulmaktır. O zaman isteğimize kavuşmamız hiç de zor olmayacaktır.

Heyecan Duymak

Bir İstenmeyen'i İsteğe dönüştürmek için gerekli olan şeyin, kendimizi bu İstek konusunda cesaretsiz değil harika hissetmenin yollarını bulmak olduğunu biliyoruz. Bu, uzun bir süre gizli kalmış bir İstek olabileceği gibi, yepyeni bir İstek de olabilir. Süreç değişmez.

Kendimizi nasıl iyi hissedeceğimiz ve İstenmeyenler yerine İstekleri nasıl çekeceğimiz, Çekim Yasası'nın en önemli bileşenini oluşturur.

İsteddiğiniz şeyi belirledikten sonra, buna sahip olmanız halinde neler hissedeceğiniz üzerinde durmalı, sahip olmamanız halinde hissedeceklerinizin üzerinde durmaktan kaçınmalısınız.

Başka bir deyişle, eğer yüzme bilmiyorsanız, yüzmenin nasıl bir şey olduğunu (heyecanlı) hissedin; sizden başka herkesin yüzmesi halinde ne kadar utanacağınızı değil.

Şu andaki işinize takılıp kalmak yerine, yeni bir işe sahip olduğunuzda yaşayacağınızı (heyecan) hissedin.

LYNN GRABHORN

Nasıl bir sevgili istediğinizi ve birlikte ne kadar güzel bir ilişki (heyecan) yaşayacağınızı hissedin.

Artık iç benliğinizle uyumlu titreşiyorsunuz. Arzularınız keyifle titreşimlerinize dahil oluyor, bir mıknatıs görevi görüyor ve sizin bunların gerçekliğini on altı saniye süreyle her hissettiğinizde büyüyor. Artık sosyal bilincin olumsuz titreşimlerinden kurtuluyorsunuz ve isteklerinizi size doğru çekecek, kendinizi iyi hissetmenizi sağlayacak enerjiyle uyumlu titreşiyorsunuz.

Artık Kırmızı Bayrak sallamıyor ve istediğiniz şeyin yokluğuyla uyumlu hareket etmiyorsunuz (bu durumda da daha fazla yokluğu üzerinize çekmiyorsunuz). Yeşil Bayrak sallıyor ve istediğiniz şeye sahip olmakla uyumlu hareket ediyorsunuz; buna henüz sahip olmasanız bile.

İsteddiğiniz şeye neden hâlâ sahip olmadığınız meselesine takılıp kalmazsanız, buna sahip olduğunuzu hissettiğinizde yaşayacağınız heyecanlı, mutlu yüksek titreşim bu isteği getirip sizin kucağınıza bırakacaktır.

Nedenler

Bir isteği kendimize çekmek için, olabildiğince olumlu ve heyecanlı bir enerji akışı sağlamamız gerektiğini biliyoruz. Bunu yapmanın en iyi yollarından biri, bir şeyi istememizin "nedenlerinden" söz etmektir. "Ne" tanımlar, pilimizi şarj eden ve enerjinin akmasını sağlayan ise "Nedenler"dir.

Bir şeyi istemenin nedenlerini düşündüğünüzde, bunu hissetmeye başlarsınız. Giderek daha heyecanlı, daha tutkulu hale gelirsiniz. Sonunda "İşte istediğim bu!" dersiniz.

Nedenlerinizi ifade ederek, bir isteği ateşlemiş olursunuz. Aküsü bitmiş bir araba, siz aküyü şarj edene dek hiçbir yere gidemez. Şarj etmezseniz gidemezsiniz; isteğinize asılmazsanız onu çekemezsiniz; çekemezseniz elde edemezsiniz.

Çünkü... Çünkü... Çünkü...

ÇEKİM YASASI SECRET

Haftasonu seminerlerimden birinde, bir dinleyici ayağa kalktı ve "Pekala, şimdi hayalimin yokluğu üzerinde yoğunlaştığımı anlayabiliyorum; ancak tek bir neden bulabiliyorum," dedi.

"İstedğin şey nedir?" dedim.

"Okyanusun kıyısında bir kulübe istiyorum," diye cevap verdi.

"Neden?"

"Çünkü yazları eve tıkılıp kalmaktan nefret ediyorum."

İşte! Önemli bir İstenmeyen! Neden diye sormaya devam ettim.

"Neden yazın eve tıkılıp kalmak istemiyorsun?"

"Çünkü yazlık evin insana yaşattığı rahatlık duygusunu seviyorum. Bir de özgürlük... Evet, özgürlüğü seviyorum."

"Güzel! Bağlantı kurmaya başladın. Devam edelim. Özgürlüğü neden seviyorsun?"

"Benim kendimi iyi hissetmemi sağlıyor... ve mutlu. Evet, çocukluğumda yazlık evimizde kendimi çok mutlu hissettiğimi hatırlıyorum. Harika bir duyguydu."

"Bana yazlık evinizden söz eder misin?"

"Eski, gri bir evdi. Kırmızı bir çatısı vardı. O çatıya bayıldım. Çok da huzurlu bir yerdi."

"Başka? Suya yakın mıydı?"

"Ah, evet, kumulların üzerindeydi."

"Neden suya yakın olmak istiyorsun?"

"Çünkü insanı sakinleştiriyor, fırtınalı havalarda bile. Beni kendime getiriyor, kendimi canlı hissetmemi sağlıyor. Orada resim yapabiliyorum, günbatımını seyredebiliyorum, dinlenebiliyorum. Deniz kenarında içimdeki her şey canlanıyor."

Evet! Sonunda bu genç hanımın içindeki ateş yanmaya başlamıştı. Titreşimsel frekansı giderek yükseliyordu, isteğine ilişkin her yeni düşünce manyetik olarak şarj olmasını sağlı-

LYNN GRABHORN

yordu. Ben sordukça, bir sürü neden sıralıyordu. Ve her nedende, frekans yükseliyordu. Bu "şey" artık onun bir parçası olmuş, titreşimlerine yerleşmişti.

Bir şeyi neden istediğinizi kendinize tekrar tekrar sorun. Artık cevap bulamayacak hale gelseniz bile sorun. Çok geçmeden kendinizi, harika duygular hissettiğiniz bir düşler ülkesinde bulacaksınız. İsteddiğiniz şeyi kendinize çekebilmeniz için olmanız gereken yer de burası zaten.

Unutmayın, evren bize söylediklerimizi, hak ettiklerimizi ya da alnımıza yazılanları vermez. Evren bize her gün her dakika yaşadığımız titreşimlerin sonucunu verir. Ne fazla ne de eksik...

Üçüncü Aşama: İsteddiğiniz şeyi hissetme durumuna geçin.

Niyet Etmek

İsteklerinizi ortaya çıkardıktan sonra, yararlı olabilecek bir başka aşama da İstekleri Niyetlere dönüştürmektir. Eğer "istemek" sözcüğü hâlâ sizi birazcık olsun rahatsız ediyorsa, "niyet etmek" kendinizi çok daha iyi hissetmenizi sağlayacaktır.

Niyet etmek, bir anlamda "İstiyorum ve bekliyorum" kombinasyonudur. Önce küçük şeylere niyet etmek, iyi bir başlangıç noktasıdır. Bu hep sizin hızlı bir sürece iyi bir hazırlık yapmanızı sağlar, hem de yeni ve gerekli enerji yolları açar. Her yeni yol, sizin eskisinden daha fazla bir enerji akışı yaşadığınızı gösterir. Bu da kendinizi iyi hissetmenizi kolaylaştırır. Kendinizi iyi hissetmeniz enerjinizi artırır. Bu böyle devam eder.

Günlük niyetler, enerjinin akması için yeni çıkış kapıları açar. Ne kadar fazla niyet edersek, yüksek frekanslı enerjimizi o kadar fazla kullanırız. Bu da çabucak çift yönlü bir yol oluşturur. Bunu ne kadar kullanırsak o kadar fazlasını elde ederiz. Böylece etrafımızda koruyucu bir örtü oluşur. Bize istemediğimiz şeyleri getiren eski inançlarımızdan korunmuş oluruz.

ÇEKİM YASASI SECRET

Ben her gün küçük niyetlerde bulunmaya önem veriyorum. Gideceğim yere güvenli bir şekilde varmaya niyet ediyorum. Zamanında gitmeye ve kendimi iyi hissetmeye niyet ediyorum. Güvenli bir park yeri bulmaya niyet ediyorum. Kendimi giysilerimin içinde iyi hissetmeye niyet ediyorum. Anlaşmayı imzalamaya niyet ediyorum. Banka hesabımı en azından belirli bir seviyede tutmaya niyet ediyorum. Gün boyu keyifli olmaya niyet ediyorum.

Eğer o günkü niyetiniz kendinizi bütün gün keyifli hissetmekse, televizyonda moralinizi bozacak bir program bulamazsınız. Eğer niyetiniz bir işi yemekten önce bitirmekse, bu işi kolayca halledersiniz.

Eğer her isteğinizi bir niyet ifadesine dönüştürürseniz ve kendinizi bunun ardındaki gücü hissetme izni verirseniz, elde edeceğiniz sonuçlara siz bile şaşırsınız.

"Gelecek yıl taşınmaya NİYETLİYİM" demek, "Nasıl olacağımı bilmiyorum ama bir yolunu bulacağımdan eminim, çünkü buna kararlıyım" demektir.

"Yeni bir ilişki yaşamaya niyetliyim", "Dans etmeyi öğrenmeye niyetliyim."

"Banka hesabımı kabartmaya niyetliyim."

"Mutluluğu bulmaya niyetliyim."

"Yeni arkadaşlar edinmeye niyetliyim."

Bunu söylerken gücü siz de hissetmelisiniz. Otoriteyi, emir gücünü, enerjiyi hissetmelisiniz. O zaman niyetinizin bir sonuca ulaştığını görürsünüz.

Ancak dikkatli davranın. Niyet, istismar edilmemesi gereken bir şey ve düşüncesizce bir alışkanlığa dönüştürülmemelidir.

İstemeye Cesaret Etmek

Adına ister istek, isterseniz de niyet deyin, prangalarınızdan kurtulun ve kafanızdaki şeyi yapın!

LYNN GRABHORN

İstemeye cesaret edin. Yeni düşler kurmaya cesaret edin. Eski düşlerinizi sakladığımız yerden çıkarın ve tozlarını alın.

Kendinize istemek için izin verin; hatta kendinizi istemeye zorlayın.

Sonra küçük, önemsiz bir isteğinizi ele alın ve bunu neden istediğinizden söz etmeye başlayın. Bir duygu, heyecan hissedene kadar da buna devam edin. İlk önce ellerinizde fiziksel belirtiler hissedeceksiniz. Bu, doğru yolda olduğunuzu gösterir.

Yaşadığınızı hayatta hoşunuza giden ve gitmeyen şeyleri belirleyin. Bir şeyler istediğiniz için kendinizi suçlu hissetmekten vazgeçin. İsteme motorunu hızlandırın; çünkü istemek tutkuyu, tutku keyfi, keyif daha fazla istemeyi getirir ve bilinçli olarak yaratmaya başlarsınız. Siz artık hem bir mucit hem de katılımcısınız.

Elbette maddi şeylerin de peşinden gidin; ama evrensel ve soyut şeyleri de unutmayın. Örneğin:

Keyfin yüreğime yayılmasını istiyorum.

Bütün ailemin keyifli olmasını istiyorum.

Her şeyin yolunda gittiğini bilmek istiyorum.

Daha fazla özgürlük hissi istiyorum.

Seçeneklerimin olduğunu bilmek istiyorum.

Daha fazla seçenek görmeye niyetliyim.

Daha yaratıcı olmaya niyetliyim.

Enerjimi daha iyi kullanmayı öğrenmeye niyetliyim.

Direncimin farkında olmaya niyetliyim.

Duygularımın farkında olmaya niyetliyim.

Hayatı dolu dolu yaşamaya niyetliyim.

Daha fazla eğlenmeye niyetliyim.

Daha aydın olmaya niyetliyim.

ÇEKİM YASASI SECRET

Önemli olan bu konudaki çekingenliğimizin üstesinden gelmek ve istemektir. Bu kocaman dünyada istemeye cesaret etmek size zevk verecektir; çünkü istemek, idareyi ele geçirmektir. İstemek, yaratmaktır. İstemek ve bu istekleri gerçeğe dönüştürmek, sizin varolma nedeninizdir. Hayatın zenginliği burada gizlidir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

AH ŞU KOŞULLAR!

Bilinçli yaratma süreci aslında oldukça basittir, ama her zaman kolay değildir. En azından başlangıçta. Ancak nasıl yoğunlaşacağınızı ve enerji akışını nasıl sağlayacağınızı öğrendikten, sonuçları da gördükten sonra kolaylaşır.

Daha derinlere inmeden önce gelin öğrendiklerimizi özetleyelim ve Bilinçli Yaratma sürecinde ne kadar ilerlediğimize bakalım.

Birinci Aşama:

Neyi istemediğinizi belirleyin.

İkinci aşama:

Ne istediğinizi belirleyin.

Üçüncü Aşama:

İsteddiğiniz şeyi hissetme durumuna geçin.

Şimdi esas zor bölüm üzerinde duracağız. İsteddiğimiz ancak sahip olmadığımız bir şey konusunda kendimizi nasıl iyi hissedeceğimizi öğreneceğiz.

ÇEKİM YASASI SECRET

Sizin de çok iyi bildiğiniz gibi genellikle şöyle düşünürüz. "Ancak o benim olursa mutlu olabilirim" ya da "Eğer istediğim gibi bir vücuda sahip olursam kendimi iyi hissedebilirim". "Daha fazla para kazanırsam stresten kurtulabilirim". Eski mutluluğun yolunu bulma sendromları.

Hayatımızı zorlaştıran şey de bu tür düşünceler işte. Koşullar bize uymadığında, ilk tepkimiz bunlardan kurtulmamızı, bunları onarmamızı ya da düzeltmemizi sağlayacak agresif fiziksel tedaviler bulmaya çalışmak oluyor. Ne de olsa hepimiz fiziksel varlıklarız. "Beğenmedin mi? Sorun değil!" As, kes, vur, kır, düzelt!

Ancak ilgilendiğimiz şey düzelmiyorsa, değiştiremeyeceğimiz kadar büyük görünüyorsa ya da belirli bir süre içinde üstesinden gelemeyeceğimiz kadar zorsa, canımız sıkılıyor ve hayal kırıklığına uğruyoruz. Bu senaryonun sonuçlarını biliyorsunuz; canımızın sıkıntılığının ve yaşadığımız hayal kırıklığının neden olduğu negatif enerjiyle, kurtulmak istediğimiz şeyin daha da fazlasını üzerimize çekiyoruz.

"Güvenli" ile Başladı

Eski okul arkadaşım Liz yıllardır kocasıyla birlikte Arizona'nın güzel bir bölgesinde yaşıyor, iki çocuk büyütüyor ve çeşitli derneklerde gönüllü olarak çalışıyordu.

Kocasını Client öldükten sonra, Liz bazı zorlu kararlar almak zorunda kaldı. Neredeyse otuz yıldır çalışmıyordu ancak eline belirli bir miktar para geçiyordu. Client'ın ölümünden üç yıl önce yeni, büyük bir eve taşınmışlardı. Ödeme koşulları oldukça ağır olan bu ev ne yazık ki şimdi pek fazla para etmiyordu, bu nedenle bu evi satıp daha küçük bir ev almak çözüm değildi. En kötüsü, Client'ın hayat sigortasının durumu da pek parlak değildi.

Liz birdenbire kendini çok güç bir durumda bulmuştu. Evi satarsa, daha küçük bir ev alacak kadar parası olmayacaktı. Satmazsa, ödemelerin altından kalkamayacaktı. Elbette çocuk-

LYNN GRABHORN

ları yardım etmeyi teklif ediyorlardı, ancak bu da sadece geçici bir rahatlama sağlayacaktı.

Liz'in en yetenekli olduğu alanlardan biri resimdi. Çok güzel suluboya resim yapardı. Özellikle Arizona manzaraları tabloları bir harikaydı. Daha önce tabloları konusunda ticari düşünmemişti hiç. Tablolarına hayran olan arkadaşlarına bunları hediye etmişti o kadar. Ama şimdi tüm zamanını resim yapmaya ayırabilir ve profesyonel düşünebilirdi. Çocukları onun daha sağlam bir iş bulması, örneğin bir mağazada satıcılık yapması gerektiğini söylediler; ancak cesur bir kadın olan Liz onları dinlemedi ve resim yapma konusunda direndi.

Client'ın bıraktıkları, küçük birikimleri ve çocuklarından aldığı borç, Liz'i bir yıldan fazla bir süre idare edebilirdi. Ancak ne zaman konuşsak, "Tanrım, daha hiçbir şey satmadım. Bu işten bir şey çıkacak mı bilmem. Bir an önce bir şeyler satmalıyım, yoksa ne yapacağımı bilmiyorum, diyordu.

Liz bir enerji akışı öğrencisi değildi, böyle bir isteği de yoktu. Bazen benim hiç de yumuşak olmayan önerilerimi kibarca dinliyordu. Ona olumsuz koşullar (satış yapamamak) üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmesini, istediği şey ve bunun ona hissettirdikleri üzerinde yoğunlaşmasını söylüyordum. Uzun uzun konuşuyorduk. Liz hep "Bu duruma uzun süre dayanabileceğimi sanmıyorum. O kadar gerginim ki kendimi resimlerime de veremiyorum. Ne yapacağım? Çok korkuyorum," deyip duruyordu.

Bir gün kendimi tutamadım. "Dost acı söyler" diyerek konuşmaya başladım.

"Pekala sevgili arkadaşım, eğer kendi gemini batırmak istiyorsan, sen bilirsin. Ben karışmıyorum. Üzüntünün tadını çıkar ve lütfen bir daha beni sorunların için arama. Eğer durmadan şikayet etmekten vazgeçmezsen, bunların hiçbirinden kurtulamazsın nasıl olsa. Kendini kurtulmaya hazır hissettiğinde beni ara. Çok ciddiym, kontrolü tamamen eline alana kadar beni aramanı istemiyorum."

ÇEKİM YASASI SECRET

Çok katı davrandığımı biliyordum, ama onun acı zincirinin bir parçası olmak da istemiyordum.

Üç hafta boyunca Liz'den ses seda çıkmadı. Sonunda aradığında, az kalsın ağlayacaktı. "Sen kazandın. Ben pes ediyorum. Ne yapmam gerek?" Bunu söylerken samimiydi.

Önce onun istemediği şeylerden söz etmesini sağladım. Bu çok kolaydı. Evi kaybetmek, arkadaşlarının ve çocuklarının saygısını kaybetmek, profesyonel resim yapma şansını kaybetmek.

Sonra yavaş yavaş isteklerinden söz etmeye başladık. Önce evin üzerinde durduk, sonra parayla ilgili diğer meseleleri konuştuk. Doğrusunu söylemek gerekirse, Liz başka bir şeyden söz edemiyordu çünkü son zamanlarda tek düşündüğü şey paraydı. Resimleri satmıyordu, bu durumda da para hep yanlış yere gidiyordu.

"Pekala Liz, ilk yapacağımız şey senin kendini iyi hissetmeni ve farklı titreşmeni sağlamak."

"Kendimi iyi hissetmemi mi? Dalga mı geçiyorsun? Client'le sahip olduğumuz her şeyi kaybetmek üzereyken kendimi nasıl iyi hissedebilirim ki? Seni bu yüzden aradım, resimlerimi satmanın bir yolunu bulmak için. Eğer resimlerim satarsa her şey yoluna girer ve ben de senin söylediğin gibi kendimi iyi hissederim."

Sorun buydu. Liz'in görebildiği tek şey, istediği şeylerin yokluğu. Sahip olmadıklarını gördükçe ve bunlara sahip olamayacağını düşündükçe, kendini daha kötü hissediyordu. Kendini kötü hissettikçe, daha büyük bir çıkmaza giriyordu. Çıkmaza girdikçe kendini daha kötü hissediyordu. Kendini kötü hissettikçe hiçbir şey satamıyordu. Tamamen yaşadığı kötü koşullar üzerinde yoğunlaşmıştı. Onun için tek gerçek, bu koşulların toplamıydı. Resim yaparak kendi kendine destek olma çabaları işe yaramıyordu. "Gerçeklerle yüzleşmem gerek," diyor ve derin derin içini çekiyordu.

LYNN GRABHORN

Ama ben ısrar ettim ve sonunda onu konuşturmayı başardım. Evi neden elinde tutmak istediğini anlatmasını sağladım. Bu önce ona aptalca geldi.

"Pekala, pekala! Evi elimde tutmak istiyorum, çünkü böylece taşınmak zorunda kalmayacağım. (Bu aslında bir istenmeyen idi, ama ayrıntılarla onun kafasını karıştırmak istemedim.)"

"Neden taşınmak istemiyorsun?"

Birden sesi yumuşadı. "Çünkü Client ve ben burayı çok sevmiştik. Bu yüzden burası hâlâ 'bizimmiş' gibi geliyor. Client hâlâ burada sanki." (Kendini İyi Hissetme enerjisine karşı direnci hafıflıyordu.) "Bu duyguyu hiç kaybetmedim. Bunun bana hissettirdiklerini seviyorum. Sadece ödemeleri düşündüğümde kendimi kötü hissediyorum o kadar..."

Yavaş yavaş, onun bu eve karşı duyduğu sevginin derinliklerine iniyorduk. Sonunda sesinin neçeli çıktığını fark ettim. Kendini iyi hissetmeye başlamış gibiydi.

"Liz! Dur! Şu anda söylediğin şeyi hissetmeni istiyorum!"

"Ne demek istiyorsun?"

"Söylediğin şey kendini nasıl hissetmeni sağlıyor?"

"Şey, harika elbette! İlgili, özenli... ve Tanrım, güvenli! Evet içim ısınıyor ve kendimi güvende hissediyorum!"

"Güzel! Şimdi bu duyguyu içinde iyice hisset. Oldu mu?"

"Oldu!"

"Kendini iyi hissediyorsun, değil mi?"

"Evet, harika hissediyorum."

"Tamam. O güvenli yerde, o kendini iyi hissettiğin yerde, evin ödemelerini kolayca yapman halinde kendini nasıl hissedeceğini düşün. Bunu nasıl yapacağını düşünme. Bunu şu anda yapamayacağını düşünme. Bunları boşver. Gittiğin yerin şu anda bulunduğun yerle hiçbir ilgisi yok. Bunu unutma sakın! Şu anda içinde bulunduğun koşullar hiçbir şey ifade etmiyor. Eğer bunların üzerinde yoğunlaşırsan, olmak istediğin yere asla gidemezsin! Anladın mı?"

"Sanırım ama nasıl..."

"Nasılını boşver! Yapman gereken tek şey kendini iyi hissetmenin yollarını bulmak ve şu anda karşı karşıya olduğun şeyleri unutmak. Kendini gitgide biraz daha iyi hissetmenin yollarını bulacaksın ve sonunda çok iyi hissedeceksin. İşte kendini çok iyi hissettiğin o anlarda, evin ödemelerini kolayca yaptığını düşün. Bunu yapabilir misin?"

"Of, bilmiyorum..."

"O ödemeleri yapabiliyor olmak sana kendini nasıl hissettirir?"

"Harika!"

"Elbette. Resimlerini sattığını düşün. Ama 'yapmam gerek, yapmam gerek' diyerek değil, 'yaşasın yapıyorum!' diyerek düşün. Bu perspektiften baktığında, kendini nasıl hissediyorsun?"

Uzun bir sessizlik oldu. Sonra Liz, "Ah, Tanrım, kuşlar kadar özgür!" dedi.

"Evet! İşte duygu bu! Yaşamamı istediğim şey bu. Bu duygu! Liz, şu anda içinde bulunduğun olumsuz koşullar üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeç. Onlara bakmaktan, onları düşünmekten vazgeç. Bu kendini daha da kötü hissetmene neden oluyor, o kadar. Yapman gereken tek şeyin kendini iyi hissetmek olduğunu unutma. Gerisini evrene bırak!"

Liz, Client ile ikisinin evi ne kadar sevdiklerinden söz ederken kendini o kadar harika hissediyordu ki bu duyguyu kolayca sık sık yaşayabileceğini fark etti. Hep bu noktadan başlıyordu artık.

Aradan üç ay ve insanın aklını başından alan bir telefon faturası geçti. Üçüncü ayın sonunda hem Liz kendini bir süre geçindirecek kadar resim sattı hem de resim komisyonculuğundan (ya da sanat dünyasında buna ne deniyorsa işte!) para kazanmaya başladı. Sonunda kendine küçük bir ofis bile kiraladı.

Kısacası, Liz mesajı almıştı.

Üzerine Titrediğimiz Sorunlar

Liz de çoğumuzun yaptığı şeyi yapıyordu. O an yaşadığı, kendisini korkutan koşulları düzeltelim derken çırpınıp duruyordu. Çırpındıkça batıyor, kendini daha çaresiz hissediyor, durumuna çare bulmak için negatif enerjiyle başa çıkma konusunda daha fazla zorlanıyordu.

Bir şeyleri düzeltelim diye uğraşırken, yaydığı negatif enerji ve diğer her şey daha da kötüye gidiyordu. İçinde bulunduğunu düşündüğü kara delikten etrafına bakındığında karanlıktan başka bir şey görmüyordu.

Hepimiz aynı şeyleri yaşıyoruz. Koşullar zorlaştığında, ya bunun üzerinde kuluçkaya yatıyoruz ya da aceleyle kontrolü ele geçirmenin yollarını arıyoruz. Düzeltmeye, tamir etmeye çalışıyoruz. "Buradan bir kurtulayım, her şey yoluna girecek!" diyoruz.

Bizler "düzeltmeye" programlanmışız. Oysa durmadan bir şeyleri düzeltmeye çalışmak da doğal enerjimize karşı gelmekten başka bir şey değil.

Önemli olan, bizim gerilmemize ya da rahatsız olmamıza neden olan şeyin üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmemiz ve kendimizi mutlu hissetmenin yollarını bulmamız.

Diyelim ki çatınızın elden geçirilmeye ihtiyacı var, ancak sizin şu an bunu yapacak paranız yok. Hava da yağmurlu, bu nedenle bu meseleyi bir an önce halletmeniz gerekiyor. Öte yandan, arabanızla da ilgili sorunlarınız var ve eski vergilerini ödemeniz gerekiyor.

Birkaç tatsız koşulla karşı karşıyasınız ve bunları düşünmek hiç hoşunuza gitmiyor. Ancak düşünüyorsunuz. Düşünüyorsunuz. Sorunlar da büyüyor, büyüyor.

Bütün bu olumsuz koşullar, ya da daha çok bilinen adıyla "sorunlar", bunaltıcı İstenmeyenler'den ibaret; ancak bunlarla öyle sık karşılaşıyoruz ki artık hepsini hayatımızın bir parça-

ÇEKİM YASASI SECRET

sı olarak görmeye başlıyoruz. Biz bunların üzerinde ne kadar çok durarsak, onlarla ne kadar uğraşırsak, sorunlar da o kadar büyüyor.

Bazı olumsuz koşullar gerçekten ciddi sorunlardır; bazılarıysa küçük rahatsızlıklardır; ancak ne olursa olsun hepsi öylesine yaygın ve baskın ki bunları bir yaşam biçimi haline getiriyoruz. Oysa olumsuz koşullar bizim geçmişimizde üzerinde yoğunlaştıklarımızın, duygularımızın ve enerji akışımızın sonuçlarından başka bir şey değil. Negatif enerji akışımız neden, sevimsiz koşullar da sonuç.

Hayatımızdaki sorunların daha da kötüye gitmesini engellemenin bir yolu var; bunların üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmek. Eğer sorunlarımızın patronumuzdan, eşimizden, sevgilimizden, çocuklarımızdan, hükümetten, sarhoş sürücülerden kaynaklanmadığını içtenlikle kabul edersek o zaman bu sorunları tıpkı üzerimize çektiğimiz gibi enerji akışı sayesinde de kovma şansımız olur. Ancak bu kez bunu farklı bir titreşim aracılığıyla gerçekleştiririz.

Korkmayın. Biz fiziksel olarak var olduğumuz sürece, hoşlanmadığımız ya da istemediğimiz koşullarla karşılaşacağız (yoksa Sameville’de yaşıyor olurduk); yani negatif enerji akışına yol açacak ve isterseniz gitgide büyüyecek bol bol sorununuz olacak. Amacımız bu istenmeyen koşullara tepki verme şeklimizi değiştirerek bunların hayatımızın odak noktası olmalarını engellemek.

Asla, Asla Gerçekle Yüzleşmeyin

Yetiştirilme tarzımız ve kim bilir kaç kuşaktır benimsenen tavırlar nedeniyle, şu an gördüğümüz, şu an yaşadığımız her şeyin biz bunu kökünden söküp atana ya da kabullenene kadar böyle olması gerektiğine inanıyoruz. Bunu görebiliyoruz, yaşıyoruz, böylece bu bizim kitabımızda gerçek anlamına geliyor. Oysa gerçekte, gerçek, bizim enerji akışımızın sonucundan başka bir şey değildir.

LYNN GRABHORN

Örneğin; diyelim ki vücudunuzu pek beğenmiyorsunuz. Bunun değiştirilmesi olanaksız olan ve kabullenilmesi gereken bir gerçek olduğunu düşünüyorsunuz.

Ya da diyelim ki çok kötü giden ve sizin gelirinizi de etkileyen bir ekonomide yaşıyorsunuz. Bunun, sizin kontrolünüzde olmayan tatsız bir gerçek olduğuna inanıyorsunuz.

“Hayat böyle, kabullenmek gerek.”

“İşler böyle.”

“Değirmenlere karşı savaşacak halim yok ya.”

“Kafanı duvarlara vurmanın faydası yok.”

“Dünyanın hali böyle.”

“Hayatı olduğu gibi kabullenmeyi öğren.”

“Bulutların üzerinde gezmekten vazgeç.”

“Hayat adil değil.”

“Aklını başına topla, gerçeklerle yüzleş.”

Bir dakika: Hiçbir şeyle yüzleşmek ya da hiçbir şeye katlanmak zorunda değiliz. Yapmamız gereken enerji akışımızı nasıl değiştireceğimizi öğrenmek; çünkü yaşadıklarımızı etkileyen tek şey enerji akışımızdır.

Eğer enerjimiz olumlu olursa, olumlu şeyleri çekeriz.

Ancak daha çok olumsuz koşulların üzerinde durarsak, olumsuzlukları çekmeye başlarız. Sürekli bir şeyler için endişelenirsek, bir şeyleri düzeltmeye çalışırsak, şikayet edersek, moralimizi bozarsak, olumsuz titreşirsek, hayattan bir an bile keyif almamız olanaksızlaşır.

Piyasada işsizliğin hakim olduğu gerçeği, sizin harika bir iş bulamayacağınız anlamına gelmez.

Gayrimenkul piyasasının durgun olduğu gerçeği, sizin evinize tam istediğiniz gibi bir alıcı bulamayacağınız anlamına gelmez.

Daha önce o sektörde hiç çalışmamış olmanız, başarısız olacağınız anlamına gelmez.

ÇEKİM YASASI SECRET

Daha önce sigarayı bırakmamış olmanız, şimdi bırakamayacağınız anlamına gelmez.

Daha önce iki kez boşanmış olmanız, üçüncü bir hayal kırıklığı yaşayacağınız anlamına gelmez.

Şu anda yaşadığımız sorun ya da mutluluk ne olursa olsun -bireysel ya da ailemizle, ülkemizle, dünyayla ilgili olabilir- günlerdir, aylardır duygularımızın ve enerji akışımızın doğru- dan sonucudur. Çekim yasası biraz orada biraz burada işlemez. Sizin için, benim için, kozmos için geçerlidir. Titreştiğimiz şeyleri manyetik olarak çekeriz ve her şeyi, küresel savaşları bile biz yaratmışızdır.

Bu nedenle, bu dakikadan itibaren hiçbir gerçeği teslim olmak zorunda olduğunuz bir şey olarak kabul etmeyin. Hoşlanmadığınız şeyleri hoşlanacağınız hale getirin. Düşüncelerinizi buna göre yönlendirin. Eğer bunu yapmazsanız gerçek adını verdiğiniz şeyler hiçbir zaman değişmez. Elbette bazı çirkinliklerle karşı karşıya kalabilirsiniz; bazı şeyler sizi tehdit edebilir, bazı durumlar umutsuz görünebilir; ama bunların hiçbirini değiştiremez değildir. Hiçbirine hoşgörüyü yaklaşmamanız gerekir.

Tatsız bir gerçek, sizin negatif enerji akışınızın sonucundan başka bir şey değildir. Ya bu sonuçlarla yaşayıp çile çekeriz ya da bunlardan kurtulup keyif süreriz.

Odak Noktanızı Değiştirmeniz İçin Hileler

Çocukluğunuzda çok yüksek bir yerden suya atladınız mı hiç? Yukarılara ilk tırmanışınızı hatırlıyor musunuz? Daha yukarı... daha yukarı... Sanki her basamak sizi güvenlikten biraz daha uzaklaştırıyordu; ama korkmanıza karşın tırmanmaya devam ediyordunuz.

Sonunda merdivenin tepesine vardınız. Çekinerek uca doğru yürüdünüz. Kalbiniz deli gibi çarpıyordu. Aşağıdaki çocukların size bağırdığını duyuyordunuz. Su, beş mil ötede gibi

LYNN GRABHORN

görünyordu. Aslında bu işi yapmak istemiyordunuz, ama bir yandan da istiyordunuz. İçinizden bir ses bunun hayatınızın en önemli anlarından biri olacağını, bunu yapmanız halinde bambaşka biri olacağınızı söylüyordu. Atladınız. Ne atlayıştı ama! Başardınız işte! Gerçekten de bundan sonra hayatınız sonsuza dek değişti.

Kendimizi süregelen bir soruna ilişkin yüksekte dalma alışkanlığından kurtarmamızın en zor tarafı, kendimizi kafayı bu konuya fazla takmamaya zorlamaktır. Şöyle ki:

Değiştirmek zorunda değilsin.

Üzerinde durmaktan vazgeç yeter!

Zor mu? Evet. Yapılabilir mi? Kesinlikle! Ancak bir yerden başlamanız gerekir ve o yer, odak noktanızı değiştirme yönünde vereceğiniz karardır. Sonra bunu yaparsınız, daha sevimli bir şeyi odak noktanız haline getirirsiniz ve böylece enerjinizi değiştirebilirsiniz. Bir sorunu yaratıldığı frekansta çözmek mümkün değildir; bu nedenle bu sorunun var olduğu sürece sizin hayatınızın odak noktası olmayacağına karar verirsiniz. Tıpkı parmağınızdaki bir kesik gibi... O kesğin orada olduğunu bilirsiniz, aklınıza geldiğinde acıdığını da hissedersiniz; ancak bu kesğin bütün gününüzü yönetmesine izin vermezsiniz. İyileşeceğine ve kaybolacağına inanırsınız. Öyle de olur.

İstenmeyen bir koşulu değiştirmenin en önemli kısmı çok basittir: Değiştirmenize gerek yok, üzerinde durmaktan vazgeçin yeter!

Birinci Hile:

Odak noktanızı değiştirin. Hemen!

Endişe motorunuzu (veya üzüntü ya da suçlama motorunuzu) çalıştıran bir koşul üzerinde yoğunlaştığınızı fark ettiğiniz anda, üzerinde düşünecek ve kendinizi biraz olsun daha iyi

ÇEKİM YASASI SECRET

hissetmenizi sağlayacak başka bir şey bulun. Ve bunu hemen şimdi bulun!

Sevgilinizi (eğer yolunda giden bir ilişkiniz varsa), evinizi, bir şarkıyı, köpeğinizi, yeni tişörtünüzü, çikolatalı dondurmayı, sevişmeyi, yakındaki tatili, özel bir restoranı, çocuğunuzu düşünün. Herhangi bir şey işte! Ruhsal durumunuz değişmeye başlayana kadar –bu enerjinizin de değiştiğinizi gösterecektir– bunu düşünmeye devam edin.

Düşüncenizi değiştirdikten sonra, istenmeyen koşulun yerine istediğiniz şeyden yüksek sesle söz etmeye başlayın. Bunu yaparsanız, eski koşul odak noktanız olmaktan çıkar. Yeni niyet motoru devreye girer. Lütfen istediğinizin imkansız görünmesini umursamayın. Sadece bunu isteyin ve “nasıl”ını unutun.

Eğer İstek/Niyet moduna geçemiyorsanız, boşverin. Olabildiğince uzun bir süre, yeni ve hoş bir odak noktasını hissetmeye çalışın. Yüksek frekansta ne kadar uzun süre kalabilirseniz, istenmeyen koşul o kadar çabuk ortadan kaybolacaktır. Bunun tersine, sizi rahatsız eden şey üzerinde durmaya ne kadar devam ederseniz, bu şey o kadar uzun süre var olur.

İkinci Hile:

Telkin edici konuşun. Hemen!

Eğer olumsuz koşul üzerinde yoğunlaşmaktan kurtulamadığınızı düşünüyorsanız, kendi kendinizi telkin edici şekilde konuşmaya başlayın. Tıpkı şefkatli bir anne ya da babanın çocuğunu rahatlatmaya çalışırken konuştuğu gibi, yüksek ama yumuşak bir sesle konuşun. Küçük bir çocuğun duymak isteyeceği her türlü yatıştırıcı şeyi söyleyin. Her şeyin yoluna gireceğini, her şeyin değişeceğini, hep güvende olduğunuzu ve hep de olacağınızı, korkulacak bir şey olmadığını tekrarlayın.

Kendinizi daha iyi hissedene ve yüksek enerjiye karşı direnciniz düşene kadar konuşmaya devam edin. Sonunda olumsuz koşulun odak noktanız olmaktan yavaş yavaş çıktığını fark edeceksiniz.

LYNN GRABHORN

Üçüncü Hile:

Sert konuşun. Şimdi!

Bu, sizin kendinizle, yüksek sesle, sert bir şekilde konuşmanızdır. Ama işin püf noktası buradadır: Moral bozucu değil, sert bir şekilde konuşmanız gerekmektedir. İstenmeyen bir koşul üzerinde yoğunlaştığınızı fark ettiğinizde sakın, sakın, sakın moralinizi bozmayın!

Burada yapmanız gereken şey, odak noktasından kurtulmanız ve titreşimlerinizi değiştirmeniz halinde neler olacağını kendinize kesin bir şekilde söylemeniz.

“Bak, Charlie, bu karışıklığın içine girdin ve şimdi bundan kurtulmanın yolunu bulman gerek. Ama eğer bu durumda kalmaya ve bütün gün bunu kafaya takmaya devam edersen, her şeyin daha da kötüye gideceğini biliyorsun. Bu yüzden kendine acımdan vazgeç ve kendini iyi hissetmeni sağlayacak bir şeyler bul. Evet, biliyorum, şu anda kendini iyi hissedecek durumda değilsin ama...”

Buna inanıp inanmadığınızı önemli değil! Ruhsal durumunuzda ve enerjinizde değişiklik olana kadar kendi kendinize bu sözleri tekrarlamaya devam edin.

Ben bunun yararını görüyorum. Siz de göreceksiniz!

Dördüncü Hile:

Eğlenceli Bir Şey Yapın. Şimdi!

Bir şeyler yapın. Yürüyüşe çıkın, arabanızı yıkayın, kedinizin tüylerini fırçalayın, yeni bir giysi satın alın, kek pişirin, poker oynayın, çiçeklerinle ilgilenin, sinemaya gidin; mutlaka dikkatinizi olumsuz koşul üzerinde yoğunlaştırmanızı engelleyecek ve yüksek enerjiye karşı direncinizi kırarak bir şey yapın. Hafif bir değişiklik hissettiğinizde, önce yumuşak, sonra da sert bir şekilde, istenmeyen koşulun yerine gelmesini istediğiniz şeyden söz edin. Yüksek sesle konuşun.

ÇEKİM YASASI SECRET

Bütün bu hileleri, istediğiniz şey olana kadar tekrarlayın. Odak noktanızı değiştirin, telkin edici konuşun, sert konuşun, eğlenceli bir şey yapın, numara yapın, ne yaparsanız yapın, önemli olan, istenmeyen koşul üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçtiğinizi ve duygularınızın değişmeye başladığını hissetmenizdir. Bu mutlaka olacaktır!

Koşullar Bir Anlam İfade Etmez

Olumsuz koşul üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçtiğinize göre, artık İsteğiniz üzerinde gerçekten odaklanmaya ve bu konuda heyecanlanmaya başlayabilirsiniz.

Bunu yaptığınızda, yani İsteğiniz üzerinde yoğunlaştığınızda ve kendinizi iyi hissetmeye başladığınızda, çok geçmeden titreşimlerinizin değiştiğini, hayatınızı kontrol altına alabildiğinizi ve arzulanan değişikliklerin gerçek olduğunu göreceksiniz.

Unutmayın; İsteğinizin ne kadar zamanda gerçek olacağı, olumsuz koşul üzerindeki yoğunluğunuzun ve negatif titreşimlerin ne kadar çabuk azalacağına ve istediğiniz şey üzerinde ne zaman yoğunlaşacağınıza bağlıdır. Şu anda İsteğiniz size imkansız görünse de bu sizi bağlamasın. Sizin yapmanız gereken şey, şu andaki sorununuzun yerine ne istediğinize karar vermek ve bu isteğin gerçek olması için Kendini İyi Hissetme frekansına geçmeye çalışmak.

Lütfen sorunlarınız varsa kendinize yüklenmeyin ve hepsinden bir anda kurtulamadığınız için moralinizi bozmayın! Hepimiz başımıza türlü dertler açar, sorunlar yaşarız; enerji akışımızı kontrol etmekte zorlanırsınız. Ancak bunların hepsinden kurtulmamız mümkün. Garanti ediyorum!

İsrarla elinizden geleni yapın ve Kendini İyi Hissetme enerjinizi koruyun. Unutmayın; şu andaki koşulların güçlü olmasının tek nedeni bizim bu gücü onlara vermemiz. Bu yüzden onların esiri oluyoruz.

LYNN GRABHORN

Bizim kontrol edemeyeceğimiz hiçbir koşul yoktur. Şu anda dünyamızda olup biten hiçbir şey herhangi bir anlam ifade etmez. Bunların hepsi birer sonuçtur, o kadar. Koşullar ne kadar yıldırıcı görünürse görünsün, Kendini İyi Hissetme –hatta Daha İyi Hissetme- enerjisinin akmasını her zaman sağlayabilirsiniz. Elbette bu durumda da istediğiniz her şeye ulaşabilirsiniz.

İyi ki Olumsuz Koşullar Var!

Bir şeyi kabul edelim. Her zaman zıtlıklarla, yani hoşlanmadığımız şeylerle karşılaşacağız. Bu yüzden dünyaya geldik; belki de bizi en çok eğlendiren şey de bu.

Ancak içinde bulunduğumuz koşullar ne kadar kötü ya da umutsuz görünürse görünsün, bunların yapabileceği tek şey, bizi enerji akışımız konusunda uyarmaktır. Onun dışında hiçbir anlam ifade etmezler ve etmemelidirler.

Eğer bir koşula bağlı olarak duygularınız alarm veriyorsa, sakın olun ve gevşeyin. Bu; düşüncüyü değiştirir, düşünce duyguyu değiştirir, duygu da titreşimi değiştirerek kontrolün evrene ve iç benliğinize geçmesini sağlar.

Bu nedenle, yaygın inancın aksine, kendinizi iyi hissetmeniz için çok büyük bir çaba sarf etmenize gerek yok. Yapmanız gereken tek şey, olumsuz koşul üzerinde durmaktan ve buna tepki vermekten vazgeçip kendini iyi hissetmeye başlamak.

Bütün bir hayat boyu edinilen alışkanlıkları ve genlerden gelen özellikleri değiştirmek zordur. Yaşadığınız her şeyin, enerji akışınızın sonucu olduğunu hatırlamak için elinizden geleni yapın.

Sonra bir adım geri çekilip soruna daha geniş bir açıdan bakın.

Bir şeyin değişmesine “ihtiyaç duymak” negatif enerji akışına neden olur. Bir şeyin değişmesine yönelik heyecan duymak ise pozitif enerji akışına olanak tanıyarak arzulanan yeniliklerin başlamasını sağlar.

ÇEKİM YASASI SECRET

Bir şeyler için telaşlanmaktan vazgeçin. Bunun yerine kendinize, şu anda koşulların son derece olumsuz ve tatsız görünebileceğini, ancak bunların sizi kontrol etmesinin mümkün olmadığını söyleyin. O zaman kontrol size geçecektir.

Bu durumda cevaplar bulabilir, fırsatlar yakalayabilir ve içinde bulunduğunuz durumu hayal bile edemeyeceğiniz şekle de değiştirebilirsiniz.

Olumsuz koşulların değerini bilin; onlar olmasaydı ne istemediğinizi asla bilemezsiniz. Olanlar yerine olabilecekler üzerinde durun ve bunların olması halinde kendinizi ne kadar harika hissedeceğinizi düşünün (ama özlemle değil).

İsteklerinizin birer birer gerçek olduğunu göreceksiniz.

ALTINCI BÖLÜM

EVET, HİSSEDİYORUM (Üçüncü Aşama)

Merak, takdir, minnet, heyecan, saygı, coşku. Bütün bu farklı duyguları dilediğiniz an yaşayabilir misiniz? Örneğin birdenbire "heyecanlanabilir" misiniz (cinsel bir anlam kastetmiyorum)? Ya da herhangi bir şeye –örneğin bir kayaya- bakıp ona saygı duyabilir misiniz?

Bilinçli bir şekilde yüksek frekansa geçmenin ve daha hızlı titreşmenin öneminden daha önce söz ettik. Bunu yapmamız gerektiğini her gün, her saat, her dakika hatırlarsak, duygularımızı kontrol altında tutar, istediklerimizi elde edebiliriz.

Eğer frekansımızı nasıl yükselteceğimizi bilmezsek, bilinçli yaratıcılar olmamız mümkün olmaz. O zaman ister istemez sonsuza dek rastlantısal ya da zorunlu yaratıcılar olarak kalırız. Başka bir deyişle, kurban oluruz.

Okulda "Frekans Yükseltme Dersleri" verilmediğinden, bizim bunu kendi kendimize öğrenmemiz gerekir. Ancak birkaç ipucu daha öğrenirsek bunu kolaylıkla yapabiliriz.

VAAAVV!

Enerji akışı ile ilgilenmeye, Çekim Yasası'nın öğretilerini keşfetmeden bir yıl önce başladım. Ne yaptığım konusunda pek bir fikrim yoktu aslında, ama çok eğlenceliydi ve özellikle araba kullanırken iyi vakit geçirmemi sağlıyordu.

O sıralar ev almak ya da evlerini yenilemek isteyen kişilere fon sağlama işiyle uğraşıyordum. Bu işi evimden yürütüyordum. Talep geldiğinde de, bu kişileri alışıldığı üzere yanıma davet etmek yerine ben onları ziyarete gidiyordum. Böylece çok daha eğlenceli oluyordu. Evden çıkıyordum, bu sayede başka işlerimi hallediyordum ve kasabanın daha önce hiç görmediğim bölgelerini keşfediyordum.

Randevularıma giderken yolda zaman geçirmek için, bu eğlenceyi bir oyun haline getirmeye başladım. Kendini İyi Hissetme moduna nasıl geçeceğini biliyordum. Enerjimi bu şekilde ayarlıyordum ve çok geçmeden bedenim de vızıldayarak, değişen bu frekansa tepki veriyordu. Bu yüksek duygulara bir arzuyu da dahil etmem halinde, bu arzunun kısa sürede gerçek olabileceğini de biliyordum. Ama bütün bildiğim bundan ibaretti! Frekanslar, titreşimler, negatif/pozitif enerji akışı, Çekim Yasası; bütün bunları üstünkörü anlayabiliyordum.

Enerjimi kontrol etme meselesi ile ne kadar ilgilenirsem, bu vızıldama meselesine de o kadar sık tanık oluyordum. Karnımda VAAAVV! duygusunu hissediyordum. Bu duygu bazen bir iki saniye, bazen de eğer konsantrasyonum çok yoğunsa, birkaç dakika sürüyordu.

Sonra, bu VAAAVV!'ın, öndeki arabaya çarpmamak için ani fren yapıldığında yaşanan "Hİİİİ!" duygusuyla aynı olduğunu fark ettim. Yıllar önce patronum bana işten çıkarıldığımı söylediğinde de karnımda aynı duyguyu hissetmiştim.

Başlangıçta bundan ne çıkaracağımı ya da bunları birbirine nasıl bağlayacağımı bilemedim. Farklı durumlarda yaşanan değişik güçlü tepkiler, fiziksel olarak hep aynı yerde son buluyordu: karnımda. Sonunda anladım. Duygular önce adrenal bezlerinde kendini gösteriyordu; bu nedenle şaşırdığımızda ya da korktuğumuzda karnımızda o tuhaf karıncalanmayı hissediyorduk çünkü adrenaller burada bulunuyordu.

Korktuğumuz zaman, adrenaller ani bir elektromanyetik enerji ile karşı karşıya kalır. Bu; adrenal salgılanımına neden olur ve biz VAAAVV! hissi yaşarız. Peki neden adrenaller keyfin ürettiği yoğun enerjiye de aynı şekilde tepki vermesin? Ne de olsa, enerji enerjidir, nereden geldiğinin önemli olmaması gerekir. Uç noktada bir enerji ya da keyif yaşadığımızda, enerji karın boşluğumuzda akar ve adrenallerimizi uyarır. Bu da bizle güçlü bir his yaratır: VAAAVV!

Bu durumu gitgide daha sık yaşamaya başlamıştım. VAAAVV! hissini ne kadar sık yaşarsam, Kendini İyi Hissetme titreşimlerimin yoğunluğunu o kadar iyi kontrol edebildiğimi görmüştüm. Bunun tersi de doğrudur. VAAAVV! hislerinin yoğunluğunu ve süresini ne kadar kontrol edebildiğim de Kendini İyi Hissetme titreşimlerimi ona uyarlamama bağlıydı.

Çok ilginç bir şeydi bu! Az VAAAVV! az Kendini İyi Hissetme, az yoğunluk ve titreşimlerde az değişiklik anlamına geliyordu.

Oysa karın bölgemde yaşadığım büyük bir VAAAVV! titreşimlerimde önemli bir değişiklik olduğunu ve heyecan, mutluluk, takdir vb. gibi bir duygunun ortaya çıktığını gösteriyordu.

Bütün bunlar beni çok heyecanlandırıyordu. Kendimi hayatın sırrını keşfetmiş gibi hissediyordum. Belki kısmen keşfetmişim zaten. Enerjiyi yönetmeyi veya İstenerler ya da İstemenler üzerinde yoğunlaşmayı hâlâ bilmiyordum. O zamanlar tek bildiğim, Kendini İyi Hissetme'yi ne kadar hayata geçirebilirim, isteklerime kavuşma olasılığımın o kadar artacağıydı. Bu çok iyi bir başlangıçtı, ama keşke öykünün geri kalanını da bilseydim!

Karımdaki VAAAVV! hissinin, bütün bedenimde yarattığı vızıldamanın büyük yararını görüyordum. Ne kadar fazla vızıldama olursa, o kadar çok iş alıyordum. Bunun üzerine vızıldama daha da artıyordu. Sihir gibi bir şeydi bu. Para o kadar hızlı artmaya başlamıştı ki saymaktan vazgeçmiştim. Artık vızıldamanın yoğunluğuna ve frekansına bağlı olarak ne kadar iş alacağımı tahmin eder hale gelmiştim.

Yüksek frekansların isteklerimi bir mıknatıs gibi çektiğini biliyordum, ama her şeyin bundan ibaret olduğunu düşünürken yanılıyordum. Frekanslarımı yükselttiğimde, enerjimi kontrol ettiğimde, dünyanın güllük gülistanlık olacağını sanıyordum.

Oysa işin aslı öyle değildi. O zamanlar bilmediğim bir şey vardı. Eğer yoğunluğum hafifçe sevimsiz, istenmeyen bir şeye kayarsa, bu sadece olumsuz yoğunlaşmanın istenmeyen sonuçlarını çekmekle kalmayacak, beni bekleyen güzel şeylerle —örneğin parayla— aramda bir engel de oluşturacaktı. Bu dersi çok geçmeden aldım.

Birkaç ay boyunca etrafımda herhangi bir olumsuz koşul gözlemlemedim. Her şey mükemmeldi! Gün benim günümüdü sanki. Piyasa koşulları harikaydı! Gazetelere verdiğim küçük ilanlar çok etkili oluyordu. Telefonlarım durmadan çalışıyordu. Her şey olağanüstü olumluydu, titreşimlerim de öyle tabii. Enerji seviyem yüksekti, sosyal hayatım yolunda gidiyordu, işlerim hiç olmadığı kadar iyiydi. O yıl içinde, yaptığım işle hiç ilgisi olmayan yeni bir girişimde bile bulundum.

Sonra her şey tepetaklak gitmeye başladı. Piyasa değişti, tabii bununla birlikte benim odak noktam da değişti. Faizler yükselince, işler azaldı. Artık düşündüğüm ve söylediğim tek şey şuydu: "Hayır, hayır, lütfen faizler yükselmesin. Piyasa kurumasın. Bu krizi atlatalım!" Herhalde o zamanlar biri bana o anda düşündüğüm şeylerin bundan sonra yaşayacaklarımin nedeni olduğunu söylese, yüzünün ortasına bir yumruk patlattırdım! Çok, çok endişeleniyordum; ben endişelendikçe sorun da daha kötüye gidiyordu elbette.

Kötü giden olaylarla öylesine meşguldüm ki, vızıldamalar da durmuştu. Kolayca yaratabileceğim şeyler (olumsuz piyasa koşullarına rağmen yeni işler) yerine, tamamen istemediklerim (piyasanın giderek kötüleşmesi) üzerinde yoğunlaşmışım. Ama bunu bilmiyordum. Piyasa kötüleştikçe, ben de kendimi kötü hissediyordum. Ben kendimi kötü hissettikçe, işler de kötüleşiyordu. Korkular korkuları çekiyordu, sorunlar da sorunları.

Bütün birikimimi yeni girişimime yatırmışım; yeni iş de alamıyordum. Borçlarım giderek artıyordu. Daha sayayım mı? Koşullar hiç de istediğim gibi değildi. Bunun üzerinde yoğunlaşmam da durumun daha da ciddileşmesine yol açıyordu.

Geçinebilmek için borç para alıyordum. İşleri yoluna koymak için sağa sola saldırıyordum. Ama olmuyordu. Ben olumsuz koşullar üzerinde yoğunlaştıkça, hep istemediğim şeyler gerçekleşiyordu. İstenmeyenler'in yol açtığı titreşimler bedenimde baskın hale gelmişti. Gitgide daha fazla olumsuzluğu üzerime çekiyordum.

İşin sırrının bunda gizli olduğunu düşünerek, yeniden titreşme çalışmalarına başladım. Sürekli olumsuz şeyler üzerinde yoğunlaşırken, hayatımın yeniden eskisi gibi yoluna girmesi olanaksızdı. Zavallı iç benliğim ne kadar sıkıntı çekiyordu kim bilir!

Sonunda hepsi çok neşe dolu ve şevkli olan arkadaşlarım, benim Çekim Yasası'nı öğrenmemde ısrar ettiler. O kadar moralim bozuktuk ki, Alaaddin'in Lambası'ndaki cini bulmuş olsalar bile umurumda değildi. Ama onları başımdan savmak için denemeyi kabul ettim.

Beş dakika içinde onları heyecanlandıran şeyi anladım. Sonunda "öykünün geri kalanı"nı bulmuştum işte. Bana elli milyon dolar verseler bu kadar mutlu olmazdım!

Elbette her şey bir gecede değişmedi. Değişemezdi de zaten, çünkü olumsuzluklara bağımlı hale gelmişim adeta. Ancak yavaş yavaş finansal durumum düzelmeye başladı ve benim ak-

ÇEKİM YASASI SECRET

luma işlerimi eğlenceli ve kolay bir şekilde yoluna koymama sağlayacak yeni fikirler geldi.

Çekim Yasası'nın beni en çok heyecanlandıran tarafı şuydu: "Neyin üzerinde yoğunlaşırsan onu elde edersin." Benim yapmam gereken şey de olumsuz piyasa koşulları, bankadaki paramın tükenmiş olması, borçlarımın olması üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçip olumlu şeyler düşünmeye başlamaktı.

Bunu yapmak biraz zamanımı aldı ama sonunda oldu. Yeneden iyi para kazanmaya başladım. İşimi ayakta tutmakla kalmadım, büyüttüm bile!

Vızıldama

Kendini iyi hissetme sanatını öğrenmek, bazen çok çaba sarf etmeyi gerektirirken bazen de çok kolay olabilir.

Kendini iyi hissetmenin üç temel yolu vardır. Bunlardan ilki, size zevk verecek bir şey aramak ya da düşündürmektir. İkinci, titreşimlerinizi değiştirene kadar kendi kendinizle konuşmanızdır. Üçüncüsü de, şimdi sözünü edeceğimiz, titreşimde HEMEN değişim sağlayacak vızıldamadır.

Vızıldama, titreşimlerinizi değiştirmenin en kolay ve en hızlı yollarından biridir. Doğal olarak, farklı olaylar farklı teknikler gerektirir. Bazen tek bir yaklaşım iş görür; bazen de negatif hislere olan bağımlılığımızdan kurtulmak için iki ya da üç tekniği birden uygulamak gerekir. Vızıldama, benim son derece etkili olduğunu bildiğim bir yöntem. Ben bu tekniği hayatımda hemen hemen her gün kullanıyorum.

Vızıldamada amaç, varlığınızın derinliklerinden gelen bir duyguyu hissetmektir. Bu bir kez faaliyete geçtikten sonra -bu bir saniyeden kısa sürede kazanabilecek bir histir- bütün bedeniniz daha yüksek bir frekansta titreşmek üzere uyarılır. Sadece bir pamuk ipliğiyle bağlı olduğunuz Yaratıcı Yaşam Gücü'nüz artık içinizde akmaya başlamıştır. Artık iç benliğinizle tam bir bağlantı halindedir. Bu duygu karınızdaki bir karıncalanma hissi uyandırır!

LYNN GRABHORN

Vızıldama, eğlenceli bir şeydir. Duygular aracılığıyla, bedeninizdeki titreşimsel değişimin göstergesi olarak kullanacağınız, inkar edilemez fiziksel bir his yaratırsınız. Bütün süreç son derece hızlı bir şekilde gelişir ve çok da yararlı olur!

Anında Başlatmak

Biz, şarj olana dek boş akülere benzeriz. Bu nedenle, bir vızıldamayı başlatmak için en iyi yolun, hoş bir duyguyu başlatacak fiziksel bir şey yapmak olduğunu keşfettim. Ve gülümsemeden yararlandım!

Evet, küçük anlamlı bir gülümseme... Birbirleriyle oynayan küçük kedi yavrularını ya da kıkırdayan bir bebeği gördüğünüzde yüzünüzde belirmesine engel olmadığımız türden bir gülümseme... Yapmacık değil, sevgi dolu, yumuşacık bir gülümseme... İçinizdeki zengin, sıcacık bir duygudan kaynaklanan bir gülümseme...

Bu duyguyu alıp dışarı çıkarırsanız, varlığınızın derinliklerinden gelen bir gülümsemenin yüzünüzde belirdiğini fark edersiniz. Ben buna Yumuşak İçten Gülümseme diyorum. Yumuşak bir vızıldamayı ya da tatlı bir karıncalanmayı andıran, sıcak, hoş bir duygudur bu.

Şimdi lütfen! Burada mermilerin patlamasını beklemeyin! Bu duyguyu başlangıçta çok hafif hissedeceksiniz. Enerjinizde hafif, ancak fark edilebilir bir değişim olacak. Bu değişimin içinizden, bazen kulaklarınızın arkasından, bazen karınızdaki, bazen başınızdan, bazen tüm bedeninizden geldiğini hissedeceksiniz. Eğer bunu hemen hissetmezseniz, endişelenmeyin ve umutsuzluğa kapılmayın. Vızıldamayı hissetmek için arzunuzu evrene bir İstek ya da Niyet olarak ifade edin. Söz veriyorum, gerçekleştiğini göreceksiniz.

Böylece, bir ya da iki saniye içinde, Yumuşak İçten Gülümseme'ye eşlik eden bir vızıldama yaşadığınızı ve enerjinizin radikal olarak değiştiğini fark edeceksiniz. Bu gülümseme, Kendini İyi Hissetme modunu ve yüksek frekansı başlatmış olacak.

Yerine Konacak Duygu

Yumuşak İçten Gülümseme'nin yarattığı yüksek frekanslı duygu iyidir hoştur da bunu uzun süre korumak zordur. Bu nedenle, bunun yerine konacak daha tanıdık bir duygu bulmak gerekir. Bu, takdir, minnet, merak gibi bir duygu olabilir. Bunların yarattığı titreşim uzun süreli olacaktır.

1. İşe olabildiğince sıcak ve yumuşak bir gülümsemeyle başlayın.

2. Yüzünüzdeki gülümsemeyi koruyarak daha derinlere inin ve Yumuşak İçten Gülümseme'nin yarattığı sıcak duyguyu ve vızıldamayı hissedin.

3. Bir yandan Yumuşak İçten Gülümseme'yi korurken, bir yandan da bu sıcak duygunun yerine koyabileceğiniz coşku, şefkat gibi bir duygu seçin. Sizin için en kolay olacak duyguyu seçin ve uzun süre koruyun.

4. Eğer isterseniz, bu yüksek enerjiyi bir İstek/Niyet'e aktarabilirsiniz; ancak bu duyguyu bir süre yaşayıp iyice benimmeden bunu yapmayın.

Bu aşamaları ne kadar sık tekrarlıyorsanız, uygulamanız o kadar kolay hale gelir. Bundan sonra yapacağınız tek şey, enerji akışınızın değişmesini, frekansınızın yükselmesini ve isteklerinizin birer birer gerçekleşmesini beklemektir.

Olumlu Yönler

Hiçbir şey kendini iyi hissetmekten önemli değildir. Hiçbir şey! Bunu nasıl yaptığınız önemli değil. Kentin en ünlü meydanında takla atabilirsiniz. Yeni kesilmiş odunları koklayabilirsiniz. Dilediğiniz şeyi yapabilirsiniz. Kendinizi iyi hissetmeye başladığınız anı hemen fark edersiniz, kaçırmanız olanaksızdır.

Ancak bazen benim deyimimle "hiçbir şey işe yaramaz". İşte o zaman geriye tek bir seçenek kalır. Bütün olumsuz koşulların arasında olumlu bir şey bulmak.

Diyelim ki trafiğin ortasında takılıp kaldınız. Böyle bir durumda yaşayacağınız telaş ya da sıkıntı trafiğin açılmasını sağlamayacağı gibi, bu negatif enerji hayatınızın bütün yönlerini etkileyecektir.

Yapmanız gereken şey, elinizden geldiğince olumlu bir yön bulmaya çalışmaktır. Ama diyelim ki denediniz ve hiçbir şey – müzik, vızıldama, kendi kendinizle konuşmanız- işe yaramadı. O zaman hemen çevrenize bakınmanız ve kendinizi iyi hissetmenizi sağlayacak bir şey bulmanız gerekir.

Arabanızın ne kadar rahat olduğunu, bir yere yetişmek için acelenizin olmadığını düşünebilirsiniz. Diğer zavallı sürücülerle empati kurmaya çalışabilirsiniz. Ellerinden geleni yapmaya çalışan trafik polislerini takdir edebilirsiniz. Mutlaka bir şey bulursunuz! Çok geçmeden de yavaş yavaş kendinizi iyi hissetmeye başladığınızı, enerji akışınızın değiştiğini hissedersiniz. (Çevrenizdeki onlarca sürücü negatif enerji yaymaya devam ettiği için trafikte bir hafifleme olmaz ama en azından siz bu negatif enerjiyle hayatınızın diğer yönlerini mahvetmezsiniz).

Doğrusunu söylemek gerekirse, sıkıntılı bir durum yaşadığınızda, ben de bu durumun tadını çıkarmaya, durmadan söylemeye, sayıp sövmeye bayılırım. Çünkü içimi boşalttığımı hissedirim. Ama işin hazin tarafı, bunun bütün dünyayı olumsuz etkilediğini ve daha da fazla sıkıntıyı üzerime çekmeme neden olduğunu bilirim. Bu nedenle artık kendimi bundan alıkoymaya çalışıyorum.

Bu tür bir ruh haline girdiğimde, övebileceğim, takdir edebileceğim, ya da hayran olabileceğim bir şey bulmaya çalışıyorum. Bunu yaptığım anda da değişimin başladığını hissediyorum.

Mihenktaşları Hazinesi

Bazen bir İstek/Niyet bize öylesine yabancı gelir ki, bunun bize nasıl duygular yaşatacağını kestiremeyiz. Özellikle bu İstek/Niyet duygusal doğayla ya da spiritüel konularla, Tanrı'yla

ÇEKİM YASASI SECRE 1

ilişkilerimizle ilgiliyse, bu durum söz konusu olur. Daha önce hiç yaşamadığımız ya da çok az yaşadığımız bir şeye ilişkin hislerimiz nasıl olur?

Bazen de tek istediğimiz şey içinde bulunduğumuz durumdan kurtulmaktır; ancak bunun yerine ne istediğimizi bilmeyiz. Tek bildiğimiz, şu andaki durumumuzdan kurtulmamız halinde kendimizi daha iyi hissedeceğimizdir. Bu durumda ne yapmamız gerekir?

Bu tür durumlarda iki yol vardır: Birincisini zaten biliyorsunuz. Arzunuzun gerçek olmasının nasıl bir şey olduğunu hayal edersiniz, yaşayacaklarınızı gözünüzün önüne getirirsiniz, ağzınız sulanır ve TAMAM! Bu, doğrudan bir yoldur.

Dolaylı olan yol ise, derinlerdeki ve özel anlardaki duyguları çağırma. Bütün bunları yaşamışsınız, hayatımızın bu özel anlarını unutamaz ya da tarif edemeyiz. Bunlar hayatımızın gizli hazine sandığında kilitli olan mihenktaşlarıdır.

Sessiz bir gecede, gökyüzündeki yıldızları seyrederken, bu anın güzelliğiyle gevşeyin ve geçmişte yaşadığınız çok özel bir ana gidin. Ya da bir sabah pencerenin önünde oturmuş, güneşi seyrederken, hayatınızın mihenktaşlarından birini getirin aklınıza. Asla unutamayacağınız bu anı düşünün ve sevgi dolu anıların sizi sarmasına izin verin.

Bu anın size yaşattığı duygu ne? Saygı mı, tarifsiz bir sevgi mi yoksa spiritüel bir huzur mu? Belki de büyük bir memnuniyet, anlatılması güç bir keyif ya da neşe yaşıyorsunuzdur. Duygularınızı etiketlenmeye gerek yok; bunları varlığınızın hazinesi olarak görün yeter.

O halde, arzularınıza ilişkin duyguları başka türlü ortaya çıkaramadığınızda, sessiz acınızı dindirme konusunda umutsuzluğa kapıldığınızda ya da şu andakinden farklı duygular hissetmeyi başaramadığınızda, mihenktaşlarınıza başvurun. Orada iç benliğinizden gelen koşulsuz sevginin huzurunu bulabilirsiniz. Bu durumda duygusal engellerinizin ya da acınızın üzerinde yoğunlaşmanız mümkün olmaz.

LYNN GRABHORN

Takdir Denen Sihir

Gün boyunca, varlığımıza ilişkin yaşadığımız sadece üç durum vardır. Her günün her dakikasında bunlardan hangisini yaşadığımızın bilincinde olabilseydik, titreşimlerimizi değiştirme konusunda büyük bir adım atmış olurduk.

Kurban hali

Bu, "Tanrım, bana gene bunu yapıyorlar ve benim yapabileceğim bir şey yok durumudur. Bu durumda, negatif daireler çizer durur ve hiçbir yere gidemeyiz. Sürekli eski, olumsuz şeyleri çekeriz.

Düz Çizgi hali

Bu durumda, ne aşağıda ne de yukarıdayızdır. Enerjimizi herhangi bir şeye aktarmayız ve hiçbir şey de çekmeyiz. Sadece kendimizin değil, başkalarının da dengesiz enerji akışının sonuçlarını yaşarız. Hiç hoş değil! Ne yazık ki çoğumuz genellikle bunu yapıyoruz.

Heyecan hali

İşte şimdi yukarıdasınız! Kendinize geldiniz! Artık yüksek frekanslarınız başkalarının olumsuz titreşimlerini çekmiyor. İçiniz saf pozitif enerji ile dolu; iç benliğinizle uyumlu titreşiyorsunuz. Pozitif enerji yayıyorsunuz ve böylece hep olumlu olayları çekiyorsunuz.

Kurban hali, düz çizgi hali ve heyecan hali... Kendimizi mutlaka bu üç durumdan birinde buluruz. Hedefimiz elbette Heyecan durumuna olabildiğince sık geçmek ve burada olabildiğince uzun süre kalmaktır. Bu nedenle yüksek takdir enerjisine bakarız.

Takdir titreşimi bizim için en önemli frekanslardan biridir; çünkü var olan kozmik sevgiye en yakın olan şeydir. Takdir ettiğimizde, Enerji kaynağımızla uyum içinde titreşiriz.

Ancak unutmayın! Takdir sözkonusu olduğunda sadece düşünmek yetmez. Hissetmek gerekir. Bir şeyi takdir etmeye karar vermekle yetinemezsiniz. Bunu uygulamaya da geçirmeniz gerekir.

Takdiri uygulamaya geçirmek zor değildir. İsterseniz, bir sokak tabelasını bile takdir edebilirsiniz. Gülmeyin, ben bunu yapıyorum. Çünkü her beceride olduğu gibi, bunda da sürekli uygulama yapmak gerekiyor. Bu nedenle siz de bir buket çiçeği, billboardları, kuşları, bir ağaç kütüğünü, ölü bir hayvanı, fırtınayı ve elbette insanları takdir edebilirsiniz.

Takdir titreşimi, çekim için kullanabileceğiniz en hızlı ve en yüksek titreşimlerden biridir. Eğer bütün bir gün boyunca herhangi bir şeyi ya da her şeyi takdir edebilirsek, dünyada cenneti yaşarız. Daha fazla dostla, daha fazla parayla, daha güzel ilişkilerle, daha büyük bir güvenle ve Tanrı'ya daha yakın olarak, mutlu bir yaşam süreriz.

Aşık Olmak!

"O" sonunda hayatınıza girdi işte. Bulutların üzerinde geziyorsunuz, içinde tarifsiz duygular yaşıyorsunuz. Aşık oldunuz!

Hiçbir şey sizi rahatsız etmiyor. Dünya güzel. Günleriniz harika geçiyor. Kışın ortasında baharı yaşıyorsunuz. Yabancılar bile size sempatik geliyor. Uçuyorsunuz. Aşıksınız!

Bu duyguyu istediğiniz anda yaşayabileceğinizi biliyor musunuz? Cinsel isteklerden değil, duygusal sarhoşluktan, o büyük mutluluktan söz ediyorum. İsterseniz kapıdan çıktığınız anda aşık olabilirsiniz. Bu arada şunu söylemeliyim: Hiçbir şey kendinizi bu kadar iyi hissetmenizi ve titreşimlerinizin bu kadar çabuk yükselmesini sağlayamaz.

İsterseniz İsteklerinizi çektiğinizi bilerek bu titreşimlerin keyfini sürebilirsiniz. Ya da bulutların üzerinde uçma duygusunun ortasına belirli bir isteği yerleştirebilir, bu yeni enerjinizi isteklerinize aktarabilirsiniz.

İlk aşkınızı, her şeyin gözünüzde ne kadar farklılaştığını hatırlıyor musunuz? Sanki bütün dertler ortadan kalkmış, dünya toz pembe olmuş, bambaşka bir görünüme bürünmüştü değil mi?

Şimdi yine aynı şeyi yaşayın. Aşık olduğunuzu hissedin. Eksik olan tek şey cinsel heyecanlar olacaktır. Bunun dışında her şey, gerçeğinin yerini tutacak, ayrıca kendinizi aşık olmuş gibi hissettiğinizde, emin olun çok eğleneceksiniz. Karnınızda ki o vızıldamayı da mutlaka hissedeceksiniz.

Hep Tatlılık

Eğer hiçbir şey işe yaramıyorsa, Kendini İyi Hissetme konusunda bir türlü başarılı olamıyorsanız, hatırlamanız gereken bir şey var:

Kadın erkek her insanın içinde bir yumuşaklık, bir kibarlık, bir tatlılık vardır. Bu çok güzel bir duygudur. İster agresif olalım ister çekingen, ister milyoner olalım ister dilenci, hepimizin içinde bu vardır. Bu tatlılığın kişilikle, zayıflıkla ya da güçle, rütbeyle, yetkiyle bir ilgisi yoktur. Bunun sizinle ilgisi vardır, çünkü sizin bir parçanızdır.

Genellikle çok iyi gizlenmiş olan bu varlığı uyandırmak için, istemeniz yeterlidir. Bunu bir İstek ya da Niyet haline getirin, sonra da bekleyin, dinleyin, algılayın ve yaşayın. Bu tatlılığı, içindeki bu değeri bir kez hissettikten sonra, bu duyguyu istediğiniz an çağırabilirsiniz. Ancak kendinize bunu yaşamak için izin vermek, olağanüstü bir metanet gerektirir; çünkü en yüksek titreşim bu yumuşak yerde gerçekleşir. Bu doğallığı bir kez keşfettiğinizde, kendinizi bulmuş olursunuz. Dünyanız bir daha asla eskisi gibi olmaz, çünkü siz eskisi gibi olmazsınız. Tabii titreşimleriniz de eskisi gibi olmayacaktır.

Moralinizin En Bozuk Olduğu Günlerde

Bu bedenlerimizde yaşadığımız sürece, moralimizin bozuk olduğu günler mutlaka olacaktır. Hiçbir şeyin yolunda gitme-

diği böyle günlerde, bunun negatif enerjinin sonucu olduğunu hatırlayın ve önemsemeyin.

Ancak titreşimsel kasvetinizden mutlaka kurtulmak istiyorsanız, bunun bir yolu gözlerinizi bulabildiğiniz en küçük, en belirsiz şeye dikmek, fiziksel gülümsemenizi yüzünüze oturtmak, Yumuşak İçten Gülümseme'nize ulaşmak ve o önemsiz şeyi bir şekilde sevmektir.

Bu bir leke, bir dergi ya da ip olabilir. Bu şeyi sadece var olduğu için takdir edin, onu sanki uzun süre önce kaybedip şimdi bulduğunuz bir mücevher ya da hayatınızın en değerli hazinesiymiş gibi sevgiyle sarın. Titreşimlerimizin ne kadar çabuk değiştiğini görüp şaşıracaksınız.

Bu yaklaşım benim de çok işime yarıyor. Ancak eğer yaramazsa, asla başarısız olmayan tekniğimi uygulamaya koyuluyorum. Evin içinde dans etmeye ve "Mutlu Günler Geri Döndü" ya da "Ah ne güzel bir sabah!" gibi komik şarkılar söylemeye başlıyorum. Sonunda da gülmekten gözlerimden yaşlar geliyor ve kendimi bir koltuğa atıveriyorum.

Bu oyunu, moralim iyice bozulduğunda ve bu ruh halinden kurtulmak istediğimde uyguluyorum. Durum çok ciddiye, herhangi bir şeyin işe yaraması için birkaç saatin geçmesi gerekiyor ve bu garip dans çok iyi bir başlangıç oluyor. Enerji akışımı değiştiriyor ve Kendini İyi Hissetme moduna geçmemi sağlıyor. Çok geçmeden telefonlar çalmaya, iş teklifleri gelmeye, arkadaşlarım bir yerlere davet etmeye ve yepyeni fikirler ortaya çıkmaya başlıyor. Kısacası bu yöntem her zaman işe yarıyor. Önemli olan, kendinizi daha iyi hissetmenizi sağlayacak bir şey yapmanız.

Moraliniz bozukken, kendinize adınızla hitap ederek yumuşak bir tavırla konuşmanız da yararlı oluyor. "Her şey yoluna girecek, Corky. Söz veriyorum, her şey düzelecek. İyi olacaksın." Sadece konuşun... Telkin edici bir şeyler söyleyin... Kendinizi daha iyi hissedene kadar söylemeye devam edin.

Moralinizin bozulduğunu hissettiğinizde, küçük bir adım yeter. Aradan birkaç saat ya da birkaç gün geçmesi gerekebilir, ama sonunda direncinizin azaldığını ve enerji akışınızla titreşimlerinin değiştiğini görürsünüz.

Heyecan, Heyecan, Heyecan!

Nerede olursanız olun, eğer isterseniz her zaman içinizde sınırsız bir duygu hissedip heyecanlanabilirsiniz.

Mutfak penceresinden bakarken heyecanlanın. Sabahleyin evden çıkarken heyecanlanın. Trene binerken heyecanlanın. Fotokopi çekerken heyecanlanın. Kedinizi beslerken heyecanlanın.

Keyif vızıldamasını, takdir, aşık olma ya da minnet vızıldamasını hissedene kadar enerjinizi gitmek istediğiniz yere aktaramıyorsunuz demektir. Ancak eğer istediğiniz şey kendiniz için yeni bir hayat yaratmaksa, çevrenizde ne olursa olsun, heyecan duymayı öğrenin.

Eğer bir şeyi değiştirmek istiyorsanız, kendinizi geliştirmek istiyorsanız, tatmin duygusu yaşamak istiyorsanız, mutlu olmak istiyorsanız, şu anda sahip olmadığınız şeylere sahip olmak istiyorsanız, motorunuzu çalıştırmayı ve heyecanlanmayı öğrenin!

YEDİNCİ BÖLÜM

GÜÇ SİZDE ARTIK! (Dördüncü Aşama)

Bundan uzun zaman önce, hayat konusunda acemi ve Kaliforniya'da yeni yaşamaya başladığım zamanlarda, hemen hemen her gün San Fernando Vadisi'nden yola çıkıyor, güzel Coldwater kanyonunu geçip Beverly Hills'e doğru yol alıyordum. Orada, önemli bir havayolu şirketinde sıkıcı bir iş bulmuştum. Yaptığım araba yolculuğuna bayılıyordum, ama işi hiç sevmiyordum. Ancak hayatımda köklü bir değişiklik yapmak için uygun zaman değildi; enerjimin büyük bölümünü yeni alkolikler programına harcıyordum ve bu programın her dakikasından keyif alıyordum. İki yıl boyunca bu yolculuğu yaptım, işimle ilgili ne yapabileceğimi araştırdım ve sonunda sıkıldım.

Güzel bir günün öğleden sonrasında, vadiye dönüş yolculuğunun tadını çıkarırken ve Beverly Hills'in muhteşem evlerinin önünden geçerken, o zamanlar sadece dışımda olduğunu

düşündüğüm güce yüksek sesle şöyle dedim: "Pekala Büyük Güç, bakalım neler yapabiliyorsun. İşimden sıkıldım, başka bir şey yapmak istiyorum. Bana bir fikir ver. Sen bana tohum ver yeter, ben ekmeyi bilirim."

Farkında olmadan, o mükemmel ruh haline bürünmüş, frekansımı yükseltmişim. Yolculuktan keyif almış, manzaranın tadını çıkarmış, dünyayla barışık olduğumu hissetmişim. Ancak bu arada Büyük Güç'e meydan okumuştum. Bir bakıma, "Hadi bakalım, ya yapacağını yap ya da sus!" demiştim. Ama bunu içtenlikle söylemiş, böylece yüksek Kendini İyi Hissetme titreşimlerini harekete geçirmiştim.

Ertesi gün işe giderken aynı rutini yine yaşadım. "Sen bana tohum ver yeter. Ben ekmeyi bilirim." Sonra yine eve döndüm. O zamanlar titreşimlerden ya da enerji akışından haberdar değildim. Ne yazık ki kendi gücüm hakkında da hiçbir şey bilmiyordum. Tek yaptığım, güçlü ama bilinçsiz bir şekilde bir işteğim üzerinde yoğunlaşmak ve Büyük Gücümün, bana yardım eli uzatıp uzatmayacağını görmek için test etmekte.

Bir gün, bir tepenin üzerinden muhteşem manzarayı seyrederken, beynimde bir şimşek çaktı. Sanki kozmik bir güç o muhteşem fikri aklıma sokmuştu. O zamanlar çok yeni olan ve giderek yaygınlaşan audio teyp kasetlerini kullanarak eğitici yayınlar çıkaran bir şirket kuracaktım. 1965 yılıydı ve dünyanın büyük bölümü audio teyp kasetlerinden habersizdi. Benim de bir şirketin nasıl kurulacağı ve işlere nasıl başlanacağı konusunda hiçbir fikrim yoktu.

Önemli değildi. Her gün işten eve dönerken tekrarlıyordum: "Evet, Büyük Güç, sen bana tohumları vermeye devam et. Ben ekmenin yollarını bulacağım." Bunun faydasını görüyordum. Her defasında aklıma yeni yeni fikirler geliyordu. Çünkü Kendini İyi Hissetme moduna geçiyordum ve ilham kapılarım açılıyordu.

İlginç bir döngü başlamıştı. Aklıma yeni fikirler geldikçe daha fazla heyecanlanıyordum; ben heyecanlandıkça aklıma

yeni fikirler geliyordu. Farkında olmadan vızıldama hissediyordum.

Kasetle eğitim işim çok iyi gitmeye başlamıştı. Havayolu şirketindeki işimden ayrılmıştım.

Derken hızla ilerleyen işime ilişkin heyecanım yerini korkuya bıraktı. Her şeyin hep bu kadar yolunda gitmeyeceğinden korkuyordum. Ben korktukça, ilham kaynağım kuruyordu sanki.

Çok saygın, bilinen bir şirket haline gelmiştik. İyi satış yapıyorduk. Müşterilerimiz bizden çok memnundu. İyi de para kazanıyorduk.

Ancak ben en küçük bir sorunun üzerinde fazla durduğumda, ilerlememiz yavaşlıyordu. Herhangi bir konuya ilişkin korku duyduğumda, bir çözüm bulabilmek için çok daha fazla uğraşmam gerekiyordu. Ben uğraştıkça, korkum artıyordu. Korkum arttıkça, olumlu enerji akışına karşı daha dirençli hale geliyordum. Bu durumda da satışlardaki gerilemeyi çekiyordum.

Başka bir deyişle, olumsuz koşullar olumsuz koşulları çekiyordu. Sonunda, her şey iyice kötüye gidince, şirketi sattım. Bir süre inzivaya çekildim diyebilirim. Bu süre içinde, insanın istemediği şey üzerinde durmasının ne kadar yanlış olduğunu anladım. İç benliğimi keşfettikten sonra, hayatımın en güzel günlerini yaşamaya başladım.

Bu hikayeyi, ilham ve korkunun birbirinden ne kadar farklı sonuçlar doğurduğunu göstermek için anlattım. İlham sözkonusu olduğunda, çok az bir çaba sarf ederek müthiş sonuçlar elde edebilir, mutluluğa kavuşabilirsiniz. Korku sözkonusu olduğuna ise yerinizde bile sayamaz, hep aşağı inersiniz.

İlhamın Önemi

Hepimize aynı şey öğretilirdi: İsteklerimize ulaşabilmemiz için, bunlara denk düşecek kadar çaba sarf etmemiz gerekir.

ÇEKİM YASASI SECRET

Başka bir deyişle, eğer istediğimiz şey sadece bir dondur. mayısa, minimal kişisel çabaya ihtiyaç vardır. Ancak bir siyasi partinin başkanı olmak istiyorsak, çok daha büyük çaba sarf etmemiz gerekecektir. Yani eğer istediğimiz şey bir külâh dondurmanın ötesinde bir şeyse, ya bunu elde etmek için varımızı yoğumuzu ortaya koyup beynimizi patlatmamız ya da bu isteği tamamen unutmamız gerekir.

Varımızı yoğumuzu ortaya koyup beynimizi patlatmamız, bizim ilhamdan uzak eylemler içinde olduğumuz, gerekliliklere ve zorunluluklara göre hareket ettiğimiz anlamına gelir. Bir şeyleri körü körüne yaptığımızı, nehirleri tersine akmaya zorladığımızı ve kendi içimizdeki kılavuzu dinlemediğimizi gösterir. Bu durumda arzuladığımız sonuçları yaratmamıza engel olacak bir iç stres ve negatif enerji akışı söz konusudur.

Gitmek istediğimiz yere ulaşmamız ve bazı şeylerin bizim istediğimiz şekilde olmasını sağlamamız için, sosyal bilinçli stresin yarattığı negatif titreşimler yerine, yol gösteren ilhamı göre hareket etmemiz en doğru yaklaşımdır. Bunu nasıl yaparız? Nereden başlamamız gerekir?

Önce ilham ve fikirler gelir. Bunlar kendini iyi (ya da daha iyi) hissetme, vızıldama ya da heyecanlanma yüksek frekanslarında daha fazla zaman harcadığımız için ortaya çıkacaktır.

Sonra, bu önemli ve yeni fikirlerden bir ya da birkaçına Kendini İyi Hissetme enerjisini aktarınca, bunlara dayanarak hareket etmeye başlarsınız. Bu kez sizin üzerinizde etkili olan şey negatif bir itki değil, ilhamdır. Böylece, eylemlerinizi de fikirleriniz gibi ilham aldığınızdan, size gelen her şey yüksek frekanstan gelir.

Ardından şaşırtıcı şeyler olur. Fikirler ne kadar karmaşık ve güç görünürse görünsün, gerçek olmaya başlar. Neden olmasın ki? Hem fikirlerinizde hem eylemlerinizde ilhamdan kaynaklanan yüksek frekanslı enerji akışı söz konusudur.

Diyelim ki bir gün yalnızsınız, kendinizi çok iyi hissediyorsunuz ve aklınıza bir fikir geliyor. Harika bir fikir bu; hayata

LYNN GRABHORN

geçirebilmeniz halinde kesinlikle işe yarayacağından eminsiniz. Paranız olsa... yeterli eğitiminiz olsa... desteğiniz olsa... ya da yeterli başka bir şeyiniz olsa... hayata geçirebilirsiniz.

Böyle bir durumda önünüzde iki yol vardır.

“Ne yapalım... İyi bir belki... ama...” diyebilir ve tüm kapıları kapatabilirsiniz.

Ya da susup yol gösterici iç sesinizi dinlemeyi ve ona güvenmeyi tercih edebilirsiniz.

Eğer düzenli olarak İsteklerini ifade eden ve pozitif enerji akışı yaşayabilen biriyseniz, size bu İsteklerinize ulaşmanız için yol gösterecek, fikirler formunda rehberlik almanız işten bile değildir. Bu fikirlerden birini esas alıp ilerler ve eyleme geçersiniz, ilhamdan yararlanmış olursunuz. O zaman da elde ettiğiniz sonuçlar düşündüğünüzden bile iyi olur.

İlham kendini gösterdiğinde, İsteklerinize ilişkin bir fikir aklınıza geldiğinde, Evet Ama’ları değil, yapabileceklerinizi düşünmeye başlayın. Nasıl’ları çok önemsemeyin, yüksek frekansta her şey bir şekilde olacaktır. İlhamı her zaman yönerge kitapları eşlik eder.

Eğer iç benliğinize kulak vererek sadece üretken eylemlere yönelirseniz, başkalarının birkaç senede gerçekleştirebileceklerini siz birkaç ayda gerçekleştirebilirsiniz.

Tereyağından Kıl Çekmek

İpotek işimin çok iyi gittiği ve gelirim çok iyi olduğu o yıl, birden aklıma bir fikir geldi. Aslında yeni fikirlere hiç ihtiyacım yoktu. İsteklerim öylesine hızlı gerçekleşiyordu ki, hiçbirinin keyfini çıkaracak zaman bulamıyordum. Yine aklımı başımdan alacak bir fikir geliverdi işte.

Bu şimşek beynimde çaktığında, duştaydım ve tam bir vızıldama hissediyordum. Belki inanmayacaksınız, ama ilk tepki olarak yüksek sesle şöyle dedim: “Dur bir dakika! Şaka yapıyorsun!”

ÇEKİM YASASI SECRET

Fikrim, henüz yaratmamış olduğum, çok büyük ve karmaşık bir kişisel gelişim ürünü için yarım saatlik bir televizyon reklamı hazırlamaktı. Hatta bu ürün konusunda doğru dürüst düşünmemiştim diyebilirim, nereden başlayacağım konusunda en küçük bir fikrim yoktu. Bütün konsept mantıksız, hatta deliceydi. İşlerim son derece yolunda gidiyordu, çok çalışıyordum ama hayatımın en dolu dolu ve güzel geçen yılının ortasında hiçbir şey bilmediğim bir konuda televizyon programı hazırlamaya kalkıyordum. Çılgınlıktı bu! Bu işe dört elle sarılmak, koordinasyon yeteneğine sahip olmak ve bunu tam zamanlı bir iş olarak görmek gerekiyordu. Oysa ben işi hiç bilmiyordum.

Ama müthiş bir pozitif enerji akışı söz konusuydu, frekanslarım çok yüksekti ve nereye baksam olumlu koşullar görüyordum. Bu nedenle, ben çağırmasam da fikirler beynime üşüşmeye devam ediyordu.

Dört ay... Sadece dört ay içinde... Ürünün üretimi için gerekli para sağlandı... Televizyon programı için gerekli para sağlandı... Televizyon saatleri ayarlandı... Yazacak, yönetecek, oynayacak profesyonel kadro kuruldu. Dört ay içinde hepsi gerçekleşti!

Ertesi yıl mart ayında, 'Yaşam Kursu 101' başladı. İçsel gelişim konusunda benim yazdığım, evde audio kasetlerle kendi kendine çalışılabilecek bir programdı bu.

Bir düzine insanın yapacağı işi tek başıma yapıyordum. Bir yandan büyük çaplı bir işi idare ediyor, bir yandan da başka bir iş yaratıyordum. Yeni bir programı yazıp hazırlıyordum. Kendi kendime... Bir sürü arkadaşım benim deli olduğumu düşündü.

Ama onlar benim bunları ne kadar zahmetsizce gerçekleştirdiğimi bilmiyorlardı. Her şey tereyağından kıl çeker gibi haloluyordu. Her şey sanki sihirli bir el tarafından yerli yerine oturtuluyordu. Ne zaman bir şeyi nasıl yapacağımı merak etsem, cevaplar kendiliğinden geliyordu. Yapılması gerekenleri kolayca gerçekleştiriyordum. Sıkılmıyor, endişelenmiyor, kuşku duymuyordum. Gerçekten müthiş şeyler yaşıyordum.

LYNN GRABHORN

Elbette çok işim vardı, ama kolay işlerdi bunlar, çünkü içimdeki güç bana yol gösteriyordu. Sorunlar geldiği anda çözülüyordu. Her iki şirketin işleri de mükemmel yürüyordu. Tam bir pozitif enerji akışı söz konusuydu. Hiçbir yeni fikri ya da yönü sorgulamıyordum, çünkü her fikrin Nasıl'ı kendiliğinden ortaya çıkıyordu. Moraliğim hiç bozulmuyordu.

Hiçbir şeyi kafama takmamaya başlamıştım. Anı yaşıyordum. Öyle yüksek frekanslı bir manyetizmam vardı ki istediğim tüm koşul ve olayları çekiyordu. Olup bitenlere ben bile şaşıyordum. Tek yaptığım şey -bunun farkında bile değildim- Kendini İyi Hissetme enerjisini aktarmaktı.

İşaretler, İşaretler, İşaretler

Kaç kere kendi kendinize "İçimden bir ses gitmemi söylüyor" dediniz? Ve gittiniz... Oraya varıldığınızda iyi bir şey yaptığınızı gördünüz. Siz içinizdeki Kılavuz'u dinlediniz. Ya da aklınıza çılgınca bir fikir geldi. Uyguladınız. Sonuç çok iyi oldu, çünkü çok eğlenceliydi. Yine Kılavuz'unuzu dinlediniz.

Aklınıza fikirlerin gelmesi, içinizden bir sesin bir şeyler söylemesi için mutlaka yeni bir iş kuruyor olmanız gerekmiyor. İsteğiniz, trafikten kurtulmak için en kestirme yolu bulmak ya da yeni bir sevgili bulmak olabilir. Yapmanız gereken tek şey, bunun gerçek olmasını sağlayacak işaretlere dikkat etmek ve bunlara güvenmeyi öğrenmektir.

Aniden eski bir arkadaşınızdan gelen bir telefon, normalde izlemediğiniz bir TV programı, bir şeyler okuma ya da birini arama isteğiniz, bir başka yolu tercih etmeniz. Bunlar iç benliğinizden ya da İç/Dış Kılavuzunuzdan gelen, sizin keyifli yaşamaya devam etmenizi, hatta çok daha güzel bir yaşama kavuşmanızı amaçlayan küçük işaretlerdir. Kendini İyi Hissetme enerjinizi ortaya çıkarır, bunu İstekleriniz ile birleştirir ve pozitif enerji akışı yaratırsanız, Kılavuzunuz size yol gösterecektir. Eyleme geçme -şunu yapma, buraya gitme, onu arama-

ÇEKİM...
konusundaki dürtüleriniz, yoğunlaşmış enerjinizin başlatıldığı manyetik faaliyetten kaynaklanır.

İşaretlere hep dikkat edin. Gözleyin. Dinleyin. Tetikte olun! En küçük bir işareti bile kaçırmamaya çalışın. Eğer bir işaret kendinizi iyi hissetmenizi sağlıyorsa, Kılavuzunuz iş başında demektir.

Birçoğumuz, bütün parçaların yerli yerine oturduğunu görmediğimiz sürece bir şeyin gerçek olacağına inanmayız. Bu yüzden ipuçlarını gözlemlemeye başlayın. Parçaların nasıl sıhirlir bir el değmiş gibi yerine oturduğunu gözleyin. Bunu yaparsanız, enerji kaynağınızla bağlantıya geçebilir, pozitif enerji akışını başlatabilirsiniz. Eğer gözlemlemezseniz, göremezsiniz ve güven duymayı öğrenemezsiniz.

Son Aşama

Şimdi sıra, yaratma sürecinin dördüncü ve son aşamasına geldi.

Birinci aşama, hatırlayacağınız gibi, İstemediklerimizi belirlemektir.

İkinci aşamada İsteklerimizi belirlememiz gerekiyordu.

Üçüncü aşamada İstediklerimizi hissetme durumuna geçiyorduk. Şimdi de dördüncüsü:

Dördüncü Aşama: Bekleyin, dinleyin ve bırakın evren bunu gerçekleştirsin.

Bu bizim Kılavuzumuzu dinlememiz ve ona güvenmemiz gerektiği anlamına gelmektedir.

Bunun için İsteğimizi nasıl gerçekleştireceğimizi düşünüp durmaktan vazgeçmemiz gerekir, çünkü bunun nasıl olacağını belirlemesi gereken biz değiliz. Bizim yapmamız gereken tek şey, iç benliğimizden gelen ilhama dayanarak hareket etmek, pozitif enerji akışı sağlamak, İsteğimizin doğru yolda olduğunu ummak, sonra bir adım geri çekilip evrenin üzerine düşeni yapmasını beklemek; bu arada da sabırsızlık tuzağından olabildiğince uzak durmak.

LYNN GRABHORN

Evren, sizin tahmininizden çok daha iyi bir düzenleyicidir; bu nedenle ona bir şans verin ve işine karışmayın. Evrene bir görev verdiniz, manyetik enerjinizi gönderdiniz. Şimdi geride durun ve görev dağılımının gerçekleşmesini bekleyin.

İyi de Nerede?

Tamam, frekanslarınızı yüksek tutuyorsunuz, Kılavuzunuza kulak veriyorsunuz, dinliyorsunuz, pozitif enerji akışı sağlıyorsunuz, olayların eşzamanlılığını gözlüyorsunuz... İyi de İsteğiniz nerede?

“Durmadan konuşuyorum, hissediyorum ve enerji aktarıyorum. Yine de hiçbir şey olmuyor. Artık çok sıkıldığım halde nasıl frekansımı yüksek tutmaya ve heyecanlanmaya devam edebilirim?”

Eğer size uzun gelen bir süre geçmesine karşın İsteğiniz hâlâ ortaya çıkmadıysa, bu sizin daha çok isteğinizi elde etme değıl, etmemiş olma üzerinde yoğunlaştığınızı gösterir.

Sakin olun. Yanlış bir şey yapmadınız. Yönerge kitabını kaybetmediniz. Pozitif enerjinin bilinçli akışı konusu bize öylesine yabancı ki, genellikle olağanüstü zor bir işmiş gibi görünüyor. Bu arada çok alışık olduğumuz ve bu yüzden hiç farkında olmadığımız dirençli duygular günümüzü yönetmeye devam ediyor.

İsteğinizin henüz gerçekleşmemiş olmasını kafanıza takmayın. Siz bunun gerçek olacağını biliyorsunuz, ama henüz gerçekleşmemiş olması son derece normaldir.

Bir şeyi hem istemek hem de neden gerçekleşmediğini kafaya takmak, bir köpeğe hem gelmesini hem de olduğu yerde kalmasını söylemek gibi bir şey. Bu, isteğin size doğru yola çıkmasını olanaksız kılıyor.

Önce enerjinizi neye aktardığınızı kontrol edin: Bu enerjiyi İstemediklerinize aktarıyor ve daha fazla istenmeyen şeyin ortaya çıkmasına neden oluyor olabilirsiniz.

Sonra, enerji akışınızın yoğunluğunu kontrol edin. Heyecanınız ne kadar fazla olursa tutkunuz o kadar ateşli olur; tutkunuz ne kadar ateşli olursa istekleriniz de o kadar hızlı gerçekleşir.

Ardından, tekrarlarınızı kontrol edin. İsteğinizi ne kadar sık tekrarlıyorsunuz? Eğer çok iyi bir başlangıç yaptıysanız, birkaç dakika içinde isteğinizi ifade ettiyseniz, ama sonra bunu bir daha hiç düşünmediyseniz, bu istek bir gün gerçek olabilir (ama bu biraz kuşkulu). Eğer bu isteği sık sık tekrarlar, günde birkaç kez bundan söz ederseniz, isteğinizin gerçekleşme olasılığını ve hızını artırmış olursunuz.

Bir isteği günde on ya da on beş dakika boyunca düşünmek, bu süre içinde bununla ilgili heyecan ya da vızıldama hissetmek, onun yokluğu üzerinde yoğunlaşmanızı engelleyecek ve isteğin size doğru yola çıkmasını kolaylaştıracaktır.

Eğer bir nesneye yönelik pozitif enerji akışınız söz konusuysa, söylenen her şeyi yapıyorsanız, frekanslarınızı yüksek tutuyorsanız, ancak yine de bu nesneyi elde edemiyorsanız, zamanlama hatası yapıyor olabilirsiniz. Belki de bu istek için uygun zaman değildir.

Eğer durum buysa, bir adım geri çekilin, gevşeyin ve her şeyi evren ile Kılavuzunuza bırakın.

Çekim Yasası istikrarsız değildir. Evren size istediğiniz her şeyi zamanında getirecektir. Önemli olan her zaman isteğiniz üzerinde yoğunlaşmanızdır!

Beni Rahatsız Eden Şey Ne?

İşleri karıştıran tek şeyin bizim kendi yüksek enerjilerimize karşı direnç olduğunu biliyoruz. Ancak o enerjilerde olmak zaman zaman sevimsiz sonuçlar da ortaya çıkarabilir.

Direncimizin, içsel eleştirilerimizin ya da olumsuzluklarımızın, sosyal doğrulara ve yanlışlara ilişkin eski düşüncelerimizin, düşük frekanslı güvenlik kapılarımızın tuzaklarına yakalanma-

mız her an mümkündür. İsteğimiz ne kadar güçlüyse, ortaya çıkan enerji o kadar büyük olacak, bu da tuzakların sayısını artıracaktır. Birden kendimizi korunmasız ve tehlikelere açık hissedebiliriz. Bu da ani duygusal dalgalanmalara yol açabilir.

Endişelenmeyin, bu durumdan kurtulmanın kolay bir yolu var. Ne zaman kendinizi ürkek ya da tedirgin hissettiğinizi fark ederseniz, kendinize sorun: "Beni rahatsız eden şey ne?" Cevabı bulana kadar da sormaya devam edin. Bulacağınızdan emin olabilirsiniz.

Kendinizle tartışırken, bu sevimsiz duygulara neden olan şey her ne ise, eski bir inanç, eski bir korku veya eski bir istenmeyen şeklinde ortaya çıkacaktır. Bu ortaya çıktıktan sonra, her gün üç dakika boyunca kendinizle telkin edici şekilde konuşursanız, korkunun büyük bölümü, isteğinize engel olan bilinçsiz dirençle birlikte otuz gün içinde kaybolacaktır.

Tutku Yaratmaktır

Tutku. Bu konuda öyle çok konuştuk ki. Kulağa harika gelen sözcüklerden biri bu, fakat anlamı ne? Tutkuya nasıl ulaşıyoruz? Buna gerçekten ihtiyacımız var mı?

İşte size ipucu: Tutku, yaratmaktır!

Memnuniyet güzeldir, ama memnuniyetin oluşmasını sağlayan şey tutkudur.

Memnuniyet, olumsuz yoğunlaşmanın olmadığı, huzurlu ve güvenli bir yerdir. Bu durumun gerçek olmasını sağlayan ise tutkudur. Tutku, yaşamaktır. Tutku, yaratmaktır.

Tutku, kendi gücünüzü hissetmeniz ile ilgili bir şeydir. Herhangi bir nedenle olumsuz koşullar ortaya çıktığında (bu her zaman çıkacaktır, çünkü bizim zıtlıklara ihtiyacımız vardır), bu koşulların ne kadar zorlu olduğundan söz edip durmak yerine koşullara inin ve gücünüzü hissedin. Siz sadece iyi olma gücüne bağlı değilsiniz, o güç sizsiniz. Bu güç; yaşam. Bu güç; tutku. Ve tutku; yaratmak demek.

ÇEKİM YASASI SECRET

Tutku, bir şeyi gerçek kılma heyecanından geliyor. Memnuniyet ise, zaten elde edilen bir şeyden, bir tür tatminden kaynaklanıyor. Memnuniyetin pozitif bir enerji olduğu doğrudur, ancak bir yakıt olduğu söylenemez, çünkü memnuniyet sizi bir yere götürmez. Bir yaratma enerjisi değildir.

Eğer duyguların bu en mest edeninden yoksun olduğunuzu düşünüyorsanız, hâlâ bir İstenmeyenden söz edip etmediğinize ya da hâlâ bir İstenmeyen üzerine yoğunlaşıp yoğunlaşmadığınıza bakın. İstenmeyenler tutkuyu engeller; çünkü bunlar size negatif enerjiye, düşük frekansa, büyük dirence ve daha fazla İstenmeyenlere yol açarlar.

İsteğinize daha fazla zaman ayırın; çünkü ne kadar zaman ayırırsanız o kadar tutkulu hale gelirsiniz. Ve tutku, yaratmaktır.

Tutku, kuru gürültüden ibaret bir şey değildir. Elbette tutkunun içinde çeşitli derecelerde heyecan ve coşku vardır, ancak daha önemlisi, tutku güçlü bir şekilde kendini tanımayı gerektirir. Hayatın artık sizi yönetemeyeceğinden ve gücün sizde olduğundan emin olmaktır.

Daha fazla tutku mu istiyorsunuz? O zaman keyfinizin peşinden gidin! Daha fazla gül koklayın, gün batımını izleyin, çimenlerin üzerinde yalınayak yürüyün, sevdiğiniz restoranlara gidin, daha çok kahkaha atın, keşfedecek yeni yerler bulun, oyun oynayın, hobiler geliştirin, müzik dinleyin, eğlenin. O zaman titreşimleriniz tutkuya yol açar. Ve tutku yaratmaktır.

Bırakın Olsun

Bu enerji meselesi, bizim bugüne kadar alışık olduğumuz her şeyden, öğrendiklerimizden ve yaşadıklarımızdan oldukça farklıdır. Bu nedenle kendinize biraz zaman tanıyın. Eğer kitabı buraya kadar okuduysanız, zaten önemli değişiklikler yaşamaya başlamışsınız demektir.

LYNN GRABHORN

Bazen her şey çok kolay olur. Ancak genellikle başlangıçta zorlanılır. Bu nedenle rastlantı sanılan şeylerin gözlemlenmesi çok önemlidir.

Öncelikle rahat olun. Doğal olun. Mükemmel olma derdinden kurtulun. Çabalarınız için kendi sırtınızı sıvazlayın. İstemenin hayatınızı kontrol etmesine fırsat tanıyın.

Eğer her gün bir süre İsteklerinizden söz ederseniz, bunların gerçekleşip gerçekleşmeyeceğini ya da ne zaman gerçekleşeceğini kafaya takmazsanız, Nasıl'larla uğraşmazsanız, Kılavuzunuzun sözünü dinlerseniz, bu İstekler gerçek olacaktır. Hem de kendi gücünüz sayesinde.

İyi olma gücü sizin içinizde. Yaratıcı Yaşam gücü sizin içinizde. Bu güç sizin gücünüz, çünkü bu güç sizsiniz. Bu, kayıtsız şartsız bir güç.

SEKİZİNCİ BÖLÜM

PARA! PARA! PARA!

Evet... PARA! Para, para, para... Kulağa hoş geliyor, değil mi? Yoksa gelmiyor mu? Elbette gerizekalı değilim canım. Şöyle sorayım o zaman. Bu sözcüğü –ya da konuyu- duyunca ne hissediyorsunuz? Dürüst olun!

Ağızdan çıkan her sözcük, bunu söyleyen kişiye özgü titreşimler yaratır. Yetiştirilme tarzımıza ve hayata bakışımıza bağlı olarak, sarf ettiğimiz sözcüklere özel titreşimler yükleriz. Her sözcük son derece güçlü pozitif ya da negatif titreşimsel tepkiler yaratabilir. Bu, konuşmayı yapan – ya da dinleyen- kişiye veya o sözcükle ilişkiye ya da geçmişe bağlıdır.

Herhalde “En Çok Negatif Titreşim Yaratan” sözcük para-dır.

Çoğumuz açısından, bu sözcüklerle bağlantılı inançlar çok yoğundur. Para sözcüğünü sarf ettiğimizde, düşündüğümüzde ya da duyduğumuzda, her tarafa negatif titreşimler yayarız. Elbette bu, etrafımıza paranın bize ulaşmasını kesinlikle engelle-

ÇEKİM YASASI SECRET

yen, aşılmaz duvarlar örer. Yani, çok istediğimiz bu şeyden vazgeçme biçimimiz, onun bizden uzak kalmasına yol açar.

İyi de neden? Sonuçta para hoş bir şey değil mi? Altınlar, gümüşler, demirler, banknotlar filan?

Para genellikle "hazin bir şey" olarak kabul edilmektedir. Çocukluğumuzdan itibaren para sözcüğünün mücadelesi, gereklilik, zorunluluk anlamlarını içerdiğini öğreniyoruz.

Bunun babalarımıza, annelerimize, teyzelerimize, amcalarımıza ve yetişkin aile dostlarımıza neler hissettirdiğini öğreniyoruz.

Sözcüğe eşlik eden gerginliği ve acıyı öğreniyoruz.

En önemlisi, paranın hayattaki yerini öğreniyoruz!

Aslında bu öğrenme, çocukluğumuzdan da önce, anne kardeşiminde, anne babalarımızın mücadele ve korkularının titreşimlerini hissettiğimiz günlerde başlıyor. Bu nedenle dünyaya Dem Kişot gibi, para denen canavarla savaşmaya hazır halde geliyoruz. Çoğumuz savaşıyoruz da!

Enerji akışını ve negatif titreşimlerden kurtulmayı hiç öğrenmediğimiz için, hayatımızı bu konuda olumsuz enerji yaratarak geçiriyoruz. Kazanamayacağımız bir savaş veriyoruz. Sonunda çok yoruluyoruz, cesaretimiz kırılıyor, haksızlığa uğradığımızı hissediyoruz, bedenimiz nihayet bu olumsuzluklara tepki veriyor ve ölüyoruz. Ne güzel hayat!

Eski Saçma İnançlar

İnsanoğlu hiçbir zaman elindekiyle yetinmemiştir. Bu nedenle aklımıza ne zaman para gelse, hemen "yeterince paraya sahip olmadığımızı" düşünüyoruz. Para, yetersizliği çağırıyor... yetersizlik yoksunluğu... yoksunluk Kendini Kötü Hissetme titreşimlerini... bu da yeniden hiç istemediğimiz bir şeyi: yoksunluğu.

Neyse ki para konusundaki eski, küflü inançlardan kurtulmak o kadar zor değildir. Toplumun para konusunda yarattığı doktrinleri yıkmak mümkün.

LYNN GRABHORN

"Para kazanmak için çok çalışmak zorundasın."

"Hiç kimse sana boş yere para vermez."

"Para zor kazanılır."

"Para zor biriktirilir."

"Hiç çok param olmadı."

"Para geldiği gibi gidiyor."

"Para tüm kötülüklerin babası."

"Geleceğimizi garanti altına almak için para biriktirmeliyiz."

"Param olsa ne kadar mutlu olurum." (Şimdi mutlu olamam anlamına geliyor.)

"Para ağaçta yetişmiyor."

Bu cümleleri yüksek sesle okuyun ve size neler hissettirdiklerini düşünün. Kendinizi pek iyi hissetmediniz, değil mi? Ama hepimiz bu ifadeleri duyarak büyüyüyoruz ve paranın özgürlüğümüzün tek anahtarı olduğuna inanıyoruz. Paranın önemli olduğunu inkar etmiyorum. Ama sürekli paranın çok çalışarak, mücadele ederek, hatta savaşarak kazanıldığını düşünüyoruz. Oysa para da her şey gibi enerjiden başka bir şey değil. Ve parayı çekmek de, her şey gibi, enerji akışı sürecinden başka bir şey değil.

Artık yeni bir senaryo yazmanın zamanı geldi.

Yeni Bir Senaryo Yazmak

Diyelim ki evinize yeni bir teras yaptırmak istediniz ve bunun maliyeti 25.000 \$. Uzun uzun düşündünüz, taşındınız, ancak bu parayı nereden bulabileceğinizi bilemediniz. Sonunda bunaldınız, hayal kırıklığına uğradınız ve "Aman, unut gitsin!" dediniz.

Siz de birçoğumuz gibi davrandınız işte. Hayatımız boyunca bizi sınırlayan ve olumsuz enerji akışına yol açan eski inançların esiri oldunuz. Sonunda kendinizi kapattınız. Terası yaptır-

mak için gerekli paraya yönelik isteğiniz sonucunda kendinizi öylesine bezgin hissettiniz ki, sonunda vazgeçtiniz.

Ama bu enerji akışını öğrenmeden önceydi. Diyelim ki yeni teras yaptırma meselesini şimdi düşünüyorsunuz. Elbette olumsuz duyguların bazılarını yine yaşayacaksınız; ancak şimdi bunları belirleyebilirsiniz, çünkü düşüncelerinizin size hissettirdiklerine dikkat ediyorsunuz. Bu kez eski "unut gitme" duygularının esiri olmak yerine, yeni ve yüksek titreşimler yaymak için yeni bir senaryo yaratıyorsunuz.

Yeni bir senaryo yaratmak, güzel bir gündüz düşü oluşturmaya bunu duygusal olarak yaşamaktan başka bir şey değil. Önemli olan kısım da bu: Gündüz düşününüz duygusal olarak yaşamıyorsunuz, yoksa uçup gider.

Bir isteğinizi yüksek sesle, sanki bir arkadaşınızla konuşuyormuş gibi, dile getirin (yazmak ikinci tercihtir). Sakın ne olacağından söz etmeyin. Yalnızca şu anda olanları söyleyin. Bu ifade-niz olabildiğince gerçekçi olsun; tatmini, keyfi, memnuniyet ayrıntılarıyla hissedin.

Unutmayın, her sözcüğün arkasındaki tutkuyu hissetmek zorundasınız. Hissetmezseniz elde edemezsiniz, çünkü yeni duygular olmadan titreşimsel değişim olmaz. İstekleri gerçek kılmak için gerekli olan olumlu titreşimleri yaratan şey sözcüklerin ardındaki hislerdir. İster inanın ister inanmayın, imgeleriniz ve tutkulu duygularınızla yeni bir manyetik alan for yaratırsınız. Hikayenizin duyguların yaşanmasına engel olacak ya da amacınızı aşacak kadar tuhaf olmamasına dikkat edin yeter.

Yeni ve yüksek titreşimler oluştuğunda, eski titreşimler birer birer yok olmaya başlayacaktır. Bu yüksek frekansa geçiş gerçekleştiğinde, isteklerinizi gerçekleştirmek için ihtiyacınız olan şeyler de titreşimlere uyum sağlayacaktır.

Önceleri yaşadığınız fantezi konusunda kendi kendinize konuşmak size aptalca gelebilir; ancak elde edeceğiniz sonuçların yanında bu çok küçük bir bedeldir.

Diyelim ki 25.000 \$'a sahip olmanız halinde yaşayacağınız keyiflerden söz ediyor, bunları tanımlıyorsunuz. Acele etmeyin, sözcükleri ve resimleri hissetmek için kendinize zaman tanıyın ve paranın kullanımına ilişkin daha fazla fikrin ortaya çıkmasına fırsat verin. Eğer "mış gibi yapma" konusunda başarılı olur, anlattıklarınızı neredeyse bunları koklayacak/tadacak/hissedecek/tutacak kadar gerçekçi bir şekilde ifade edebilirsiniz, en kısa sürede gerçek olmamaları için hiçbir neden kalmaz.

Hayallerinizden ve fantezilerinizden söz etmenin iki yolu var. Birincisi bir arkadaşınızla sohbet eder gibi anlatmak. İkincisi de kendi kendinizle yüksek sesle konuşmanız. Örneğin, 25.000 \$ konusunda arkadaşınızla kahve içerken yaptığınız sohbet şeklinde bir konuşma şöyle gelişebilir:

"Biliyorsun, Jack ve ben yeni yaptırdığımız teras konusunda çok heyecanlıyız. Bu terası yaptırmayı yıllardır istiyorduk, ama bu işe ayıracak paramız yoktu. Sonunda kendimize bir iyilik yapmamız gerektiğini düşündük ve biz buna karar verir vermez para gökten zembille indi sanki.

"Artık teras yapılmış durumda ve biz yeni terasımıza bayılıyoruz. En çok akşam yemeği sonrasını seviyoruz. İkimiz başbaşa terasımıza kuruluyoruz (anlatırken... her ifadeyi... her ayrıntıyı... hissediyorsunuz) ve yıldızları seyrediyoruz. Biliyor musun, bu bizi birbirimize daha da yakınlıktı. Elbette başlangıçta zorlandık. Ancak şimdi çocuklar bile okuldan sonra terasın sefasını sürüyor. Onlara özel masa ve iskemleler aldık. Oturup orada ödevlerini yapıyorlar. Bu teras bizim yıllardır yaptığımız en iyi şey."

...devam edin... devam edin... Aynı konuya ilişkin her şeyi, tanımlamalarımızın en güzel anlarını hissedin.

Eğer yaklaşımı değiştirmek istiyorsanız, kendi kendinize yüksek sesle konuşuyormuş gibi yapın. "Bu akşam Jack'in gelmesini sabırsızlıkla bekliyorum. En sevdiği yemeği pişirdim, hep birlikte terasta yiyeceğiz. Bu terası yaptırdığımız için öyle-

ÇEKİM YASASI SECRET

sine mutluyum ki. Hele yer için seçtiğimiz taşlara bayılıyorum. Yarın ilk iş olarak yeni bitkiler bakmaya gideceğim..."

Ertesi gün de aynı şeyi yapın; anlatın, hissedin, anlatın, hissedin.

Terasınız için gerekli olan 25.000 \$'ı eski Kendini Kötü Hissetme senaryosundan çıkarıp bunun üzerine yapıştırılacak pırl pırl, yeni bir hayal senaryosu yarattınız. Bu senaryo, Kendini İyi Hissetme enerjinizi artırdı.

Bu oyunu aynı dalga boyunda olduğunuz ve aynı türden şeyleri istediğiniz, sevdiğiniz bir partnerle de oynayabilirsiniz. Bunu ikinizin birlikte yapmanız pozitif enerjiyi daha da artıracaktır.

Elbette senaryo yazmak sadece maddi şeyler için geçerli değildir. Yeni veya gelişmiş bir ilişkiden yüzünüzdeki sivilcelerden kurtulmaya kadar her konuda senaryo yazabilirsiniz.

Bütün bunlardan sonra, istediklerinizi gerçek kılmak sizin için çok daha kolay hale gelir. Koşullara tepki vermezsiniz; bu koşulları siz yaratırsınız.

İşleri Büyütmek

Bir arkadaşım Washington'da oldukça büyük bir emlak şirketinin sahibi. Her zaman çok çalışkan biri oldu; çalışanlarına adil davrandı ve birlikte iş yaptığı insanları destekledi. Ancak bir dönem maddi sorunlar yaşadı ve çıkış yolu bulmakta çok zorlandı.

Bir gün öğle yemeğinde, Chuck konuşmaya başladı. Büyük bir kriz yaşıyordu ve herkesin satışları düşmüştü. En iyi acenteler bile başka iş alanlarına kaymayı düşünüyordu. Herkes piyasanın yavaş yavaş açılacağını biliyordu; ama hepsinin bakması gereken bir ailesi vardı ve bir çözüm bulmaları gerekiyordu.

Arkadaşım artık çözüm aramaktan vazgeçmişti, çünkü bulamayacağını düşünüyordu. Onun düşüncesine göre, kendisi

LYNN GRABHORN

ekonomik koşulların kurbanıydı. Ekibiyle birlikte her türlü ilan ve promosyon çalışmasını yapmışlar, atılabilecek bütün adımları atmışlardı; ancak satışların düşmesini engelleyememişlerdi. Daha önce Chuck'la Çekim Yasası konusunda konuşmamıştım hiç; şimdi bunun için uygun zaman olduğuna karar vermiştim. Onun en azından beni dinleme nezaketini göstereceğini biliyordum.

En büyük sorun satışların yavaşlaması değil, Chuck'ın çalışanlarının yavaşlamasıydı. Hepsı motivasyonlarını kaybetmişlerdi, kendileri için üzüyorlardı, ekonomiyi suçluyorlardı, tamamen yoksunluk duygusu üzerinde yoğunlaşmışlardı ve bütün bunların sonucunda şirketin düşüşünü hızlandırıyorlardı. Ben de Chuck'a çalışanlarıyla bir toplantı yapmasını, her şeyi denediklerine ve kaybedecek bir şeyleri kalmadığına göre, bu son projeyi bir kez denemelerini önermesini söyledim.

Çekim Yasası'nın gerekliliklerine uyarak, onunla dosdoğru gözlerinin içine bakarak ve içimden gelenleri söyleyerek konuştum. Her zamankinin dışındaki bu ciddiyetimin onun ilgisini çekeceğini umuyordum. "Chuck, eğer çalışanlarının bunu yapmasını sağlarsan, işlerin yoluna girecek."

İşe yaradı. Chuck kabul etti.

Önerim şuydu: Her çalışan gelecek üç ay içinde ne kadar para kazanmak istediğini söyleyecek ve bunu üçle çarpacaktı. Sonra Chuck her birine bu parayı neden istediğini soracaktı. Her defasında bir kişiyle ve uzun uzun konuşacaktı. Çünkü ilk konuşan kişi havaya girdiğinde, diğerleri için de bunu yapmak daha kolay olacaktı. Chuck bunu oldukça ilginç buldu.

Ayrıntıya girmeden, ilk cevapların genellikle İstenmeyenler'i ve yoksunluğu ifade edeceğini anlattım. "Para istiyorum, böylece faturalarımı ödeyebilirim" şeklinde ifadeler daha fazla parasızlığa ve daha fazla faturaya yol açacaktı.

Chuck pek anlamamıştı; Neden'leri sorarak onun konuşmasını sağlamaya çalıştım. "Pekala dostum, şimdi bana ne istediğini söyle."

ÇEKİM YASASI SECRET

"Faturalarımı ödemek istiyorum."

"Neden?"

"Böylece kendimi daha iyi hissedebilirim."

"Neden?"

"Çünkü sıkıntıda olmaktan nefret ediyorum."

"Neden?"

"Çünkü bu benim kendimi kötü hissetmeme yol açıyor."

"Kendini nasıl hissetmek isterdin peki?"

"Özgür! Kendimi özgür hissetmek istiyorum!"

EVREKA! Olmuştu işte.

"Tamam, bunu ifade et o zaman."

"60.000 \$'a sahip olmak ve böylece kendimi özgür hissedebilmek istiyorum."

"Harika! Şimdi kendini nasıl hissediyorsun?"

"Şey, bir an için kendimi iyi hissettim ama sonra tekrar üzıldüm! Bu piyasada o parayı nasıl kazanacağım?"

"Parayı unut. Para kağıt parçasından başka bir şey değildir. Bana, faturalar ödendikten sonra o parayla ne yapacağını anlat."

Yavaş yavaş gizli kalmış düşler açığa çıktı. Chuck ve eşi Sara Bermuda'ya gidecekti. Bu onların en büyük hayaliydi. Torunlarını alıp bir gemi yolculuğuna çıkacaklardı. Bodrum katlarını ses yalıtımlı bir müzik odasına dönüştüreceklerdi. Ve daha neler neler...

Ancak Chuck en çok Bermuda konusuna önem veriyordu, ben de buna yoğunlaşmasını söyledim.

Olabilirdi ciddi bir yüz ifadesiyle, masaya yaslandım. "Bana ayrıntılarıyla anlat, Chuck. Sara'ya birlikte Bermuda konusunda kurduğun düşlerin ayrıntılarını anlat."

Sonuç muhteşemdi. Birden tüm odaya Chuck'ın enerjisi doldu. Arkadaşım, sanki bu konuda daha önce yüreğini açmamıştı hiç. Ağzından çıkan her sözcük ve ruhundan fışkıran her

LYNN GRABHORN

duygu, enerjisini artırdı. Enerjisini isteğine aktarmıyor, yağırdırıyordu adeta.

Tam hayalinin ortasında "İşte bu!" dedim. "Satış elemanlarının kendilerini böyle hissetmelerini istiyorum işte. Onlara kafalarına taktıkları kağıt dolarları unutmalarını, bu dolarların onlara getirebilecekleri üzerinde yoğunlaşmalarını söyle. Tıpkı senin gibi tutkulu bir hale gelmek için, enerjilerini bu şekilde aktarsınlar. Böylece Kendini İyi Hissetme durumuna geçeceklerdir. Dolarla bağlantılı olumsuzlukları unuttuklarında, bu olumsuzlukları bilinçsiz bir şekilde kendilerine çekmekten de vazgeçeceklerdir.

"Senin çalışanların da bizim istediklerimizi istiyorlar. Onların da istedikleri aptal kağıt parçaları değil Chuck, bu kağıtların onlara yaşatacakları deneyimler. Hepsinin, her gün hiç değilse on ya da on beş dakika bunları düşünmelerini sağla."

Chuck altı hafta sonra beni arayıp iyi haberleri verdi. Çalışanları zaten o kadar kötü durumdaydılar ki bu küçük deneyi yapmakta bir sakınca görmemişlerdi.

Chuck onları tıpkı benim kendisini hazırladığım gibi hazırlamıştı. Sonunda bir araya geldiklerinde hepsinde gözle görülür bir farklılık vardı.

Bir kişi dışında herkes söylenenleri yapmış, her gün yeni senaryolar yazarken Kendini İyi Hissetme enerjilerini İsteklerine aktarmışlardı. Bu onların kendilerini hayat konusunda çok daha coşkulu hissetmelerini sağlamıştı. Bunun neden kaynaklandığını çok da iyi bildikleri söylenemezdi. Ama kendilerini daha iyi hissediyorlardı ya, nedenler kimin umurun-daydı.

On hafta içinde satışlar artmaya başladı, ama tamamen kişisel çabalarla. Çalışanlardan birinin, İllionis'te yaşayan ve Washington'a taşınmak isteyen bir teyzesi vardı. Birinin oğlu askerdi; delikanlının kente yeni atanan arkadaşlarının bir eve ihtiyacı vardı. Bir çalışan da muhteşem bir pazarlama fikri geliştirmişti.

Herkes elinden geldiğince bir şeyler yapıyordu. Olumsuz piyasa koşullarına karşın, herkes kendi kaderinin sorumluluğunu üstlenmişti.

Bu kişiler her gün iç benlikleriyle bağlantı kuruyorlar ve kendilerine ilham geldiğini hissediyorlardı. Böylece etraflarına pozitif enerji yayıyorlardı. İşlerine motive oluyor, koşulları iyileştirip yeni fikirler geliştirebiliyorlardı. En güzeli, birbirlerini de olumlu yönde etkileyebiliyorlardı.

Onlara katılmayan ve deney uygulamaktan kaçınan tek kişi ise sonunda işi bırakmak zorunda kaldı. Aldığımız son haberlere göre, karısının emekli maaşıyla geçiniyorlar.

100 \$ Hilesi

Hemen hepimiz eğitilmiş fok balıkları gibi tepkiler verme eğilimindeyiz sanki.

Başka bir deyişle, bize öğretilenlerle ya da yaşadıklarımızla aramızda çok güçlü bağlar (inançlar) var. Oysa bu eski inançlar, bizim hayatın nasıl işlediğine ve bizim nasıl mücadele etmemiz gerektiğine ilişkin oluşturduğumuz ve buna yönelik tepki verdiğimiz şeyler sadece.

Örneğin, bir şey dünyamıza giriyor, eski bir inancımızla çarpışıyor ve biz olumsuz bir şekilde titreşmeye başlıyoruz. Sırf alışkanlıktan!

Burada yapmamız gereken şey, bizim düşünceye ilişkin eski titreşimsel alışkanlıkları yıkmamız.

Bir örnek verelim. Yüz dolarlık bir banknotu alın, cüzdanınıza koyun ve alışverişe gidin.

Eğer bütün bir gün idare edebilirsiniz, harika. Edemezseniz, öğle yemeği molası verin. Dükkanların çok olduğu bir yere gidin. Bu 100 \$ ile alabileceğiniz her şeyi arayın. Bu bir walkman, bir pantolon, futbol topu, yeni bir elbise, yeni aletler, yatak örtüsü olabilir.

100 \$ hâlâ cebinizde; bu nedenle kendi kendinize "Vay be, 100 \$ ile bunu alabilirim, hiç sorun değil!" deyin (sonra da ne kadar mutlu olduğunuzu hissedin).

"Ooo harika, bunu alabilirim!"

"Tanrım, hep böyle bir şeye sahip olmak istemiştin ve şimdi bunu alacak param var!"

Toplamı 100 \$ edecek şeyler bulmayın, her biri 100 \$ olan şeyler arayın.

Yaklaşık bin tane şey bulduğunuzda, neler olduğuna bir bakın. "Hissi" olarak neredeyse 100.000 \$ harcadınız ve bu sizin kendinizi harika hissetmenizi, yoksunluğa ilişkin eski titreşimsel düşünce kalıplarınızdan kurtulmanızı sağladı.

Arkadaşım Jocelyn, çok ciddi maddi sorunlar yaşıyordu. "Her şeyin yeterince hızlı gelişmediğini" düşünüp hayal kırıklığı yaşıyordu. Bunun yanlış olduğunu biliyordu, ama titreşimsel alışkanlık kalıbını kıramıyordu. Sonra bir gün 100 \$ hilesini hatırladı. Hemen arabasına atladı ve evinden epey uzaktaki, kentin en büyük alışveriş merkezine gitti.

Bütün bir günü bu komik oyunu oynayarak geçirdi. Kendini gevşemeye, eğlenmeye ve "hissi olarak" para harcamaya zorladı.

Sonunda fiziksel olarak yorulmuştu belki ama duygusal olarak kendini çok daha enerjik hissediyordu. Etrafına yaydığı olumlu enerji kısa sürede sonuç verdi. Kardeşi ona kendisine maddi anlamda yardım etmeye hazır olduğunu bildiren bir mesaj gönderdi. Bir arkadaşından da benzer bir mesaj aldı. Kredi talebinin onaylandığını öğrendi. Bunlara ek olarak, kendi de işiyle ilgili yeni fikirler geliştirdi. Birkaç saatlik bir oyun ne çok işe yaradı!

Yolunu Yapmak

Eğer hayatınızda gerçek bir değişiklik olmasını istiyorsanız, etrafınıza daha fazla enerji yaymalı, işlerin yolunda gitmesini

ÇEKİM YASASI SECRET

sağlamak için olumlu enerji akışınızın artmasını sağlamalısınız. Bunun en iyi yöntemlerinden biri "yolunu yapmak"tır.

Belirli bir olayın gerçek olmasını sağlamak için istenen ortamı ya da atmosferi yaratmak üzere, yolunu yapma yöntemini kullanabilirsiniz. Bu, günlük olaylarda ya da kararlarda "Bunun böyle olmasını istiyorum" enerjisini yaymaktır.

"Raporumu kolayca ve zamanında bitirmek niyetindeyim."

"Bugünün tadını çıkarmak niyetindeyim."

"Öğle yemeğindeki toplantının iki taraf için de başarılı ve keyifli geçmesini sağlamak niyetindeyim."

"Aramızdaki gerginliği kısa sürede çözmek niyetindeyim."

Bu yöntemi uygulamanız ve titreşimsel niyetlerini ortaya koymanız, gününüzü ve koşullarınızı istediğiniz gibi ayarlamanızı sağlar.

Yolunu yapmak, yeni bir senaryo yazmak gibidir, ancak daha az yoğunluk gerektirir. Günlük yaşamda küçük şeylerin yolunu yapmaya alıştığınızda, büyük şeylere geçin. Bu, sorun yaşadığınız bir müşteri ya da satışlar olabilir. Bir toplantıyı ya da anlaşmayı, gerçekleşmesini istediğiniz şekilde görün ve hissedin. Bunu gün içinde sık sık tekrarlayın.

Bir arkadaşım, yolunu yapma yöntemini, kaybetmek üzere olduğunu bildiği bir dava için kullanmıştı. İnsanların kazanılan dava üzerine el sıkıştığını, birbirinin omzuna vurduğunu hayal etmişti. Sonunda davayı kazandı.

Bir başka arkadaşımın onun kılık kıyafetine karışan bir patronu vardı. Patron kısa eteklerden hiç hoşlanmıyordu. Arkadaşım da şirkette kısa etek giyen ilk kişi olma gafletinde bulunmuştu. Patronunun tepkisini düşünüp tedirgin olmak yerine, esprili bir yaklaşım sergiledi ve patronuna karşı kısa etek giymenin yolunu yaptı. Sonuç mu? Şirketteki diğer bayanlar da kısa etek giymeye başladılar.

Masanızda yığınla iş mi var? Ayrıntıların içinde boğulmak üzere misiniz? Günü kolayca ve güzel geçirmenin yolunu ya-

LYNN GRABHORN

pın. İşleri bir çırpıda hallettiğinizi düşünün. Niyetinizi ifade edin ve evrene bunu neden istediğinizi söyleyin. Sonra da pozitif enerjinizin akışına ve işlerin kolayca halloluşuna tanık olun.

Yolunu yapmak, olumlu enerjiyi önceden yaymak ve isteklerinize bağlı olarak frekansınızı artırmaktır. Bazen enerjinizi belirli bir yere ya da belirli bir kişiye gönderirsiniz. Elbette birinin düşüncelerini değiştirmez, insanları sizin istekleriniz doğrultusunda hareket etmeye zorlayamaz, ya da onlardan doğalarına aykırı bir şey yapmalarını bekleyemezsiniz. Ancak gergin durumlarda, güvenli bir atmosferin ve iyiniyetin yolunu yapabilirsiniz. Böylece zaten işin büyük bölümünü halletmiş olursunuz. Gerisi size kalmış.

Evrene ne istediğinizi söyleyin, buna bağlı olarak olumlu enerjinizi yayın, sonuçların nasıl olacağını hissedin ve bunların gerçek olacağından emin olun. Yolunu yapmak, budur.

Satış Yöneticisi Olarak Evren

İşler yavaş gidiyor ve siz daha fazla kar sağlamak istiyorsunuz. Belki satış kadronuzu genişletmeyi ya da reklam bütçenizi artırmayı düşünüyorsunuz. Siz de klasik yöntemlerin üzerinde duruyorsunuz.

Size bir önerim var. Grup enerjisinden yararlanın. Çalışanlarınız bireysel sonuçlar üzerinde yoğunlaşmak yerine, şirket için isteklerini ifade etmelerini sağlayın. Sonuçta bu onların da lehine olacaktır.

Burada grup manyetiğinden söz ediyoruz. Bir grubun yoğunlaşmış enerjisi, ister negatif ister pozitif olsun, gücü ikiye katlar; yani burada inanılmaz bir dinamik sözkonusu olabilir. Eğer enerjisini tek bir hedef üzerinde yoğunlaştırmış sadece iki kişi varsa, enerji ikiye katlanacaktır, bu da dörde denk olur. Tek bir hedef üzerinde yoğunlaşmış çok sayıda insan varsa, ciddi bir manyetizma sözkonusu olur, bu da büyük bir potansiyel demektir.

Yaygın inancın aksine, satışları artırmak için mutlaka satış kadronuzu genişletmeniz ya da büyük paralar harcamanız gerekmez. Önemli olan, mevcut kadroyu zihinsel ve duygusal olarak şirket için yeni senaryolar yazmaya hazırlamaktır. Başarılı şirketler bunu yapmaktadır. Çalışanlarını motive etmektedir. Eğer çalışanların çoğunluğu olumlu sonuçların elde edileceğine inanmazsa, olumlu sonuçların elde edilmesi mümkün olmaz.

Eğer bir gruptaki herkes yapılan bir anlaşmanın heyecanını yaşarsa, bu anlaşmanın imzalanmasını sağlayan kişinin gururunu paylaşırsa, müşterilerin artacağını görür ya da hissederse, başarıya inanırsa, kendisinin başarıya katkılarının farkında olursa, ortaya öylesine bir manyetizma çıkar ki, işinizin kaderi değişebilir.

Unutmayın...

• Önemli olan para değil; enerjinizi nasıl yaydığınız. Parasızlığınız üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçerseniz, paraya kavuşursunuz. Parasızlık üzerinde durup bu konuda olumsuz hislere kapılmanız, pozitif enerji yaymanızı engeller. Bundan kurtulmaya çalışın.

• Nasıl'lar üzerinde durmaktan vazgeçin. Nasıl olsa öğreneceksiniz.

* Hissi olarak, istediğiniz parayı harcayın. Tekrar tekrar harcayın... Böylece olumlu enerji yaymaya başlarsınız. "Şu kadar param olsaydı keşke... Neler yapacağıma o zaman karar verirdim" demeyin. Önce ne yapacağınıza karar verin, bu olumlu enerji yaymanızı sağlayacaktır. Para enerjisinin çıkış yollarına ihtiyacı vardır. Çıkış yolları olmazsa, para da olmaz.

* Hissi olarak para harcama alışkanlığını edinin. Araba kullanırken, çevrenizdeki her şeye dikkat edin ve "Çok beğen-

dim!", "Bunu da çok beğendim!", "Bunu da, bunu da, bunu da!" demeye başlayın. Bunlara sahip olduğunuzu hissedin. Sonunda olumlu enerji yaymaya başlayacak ve isteklerinize kavuştuğunuzu göreceksiniz.

• Elde etmeye açık hale gelin. Zorunluluklara karşı direncinizi azaltın. Nasıl elde edeceğinizi öğrenmek üzerinde yoğunlaşın. Bunu bir istek olarak ifade edin: "Nasıl elde edeceğimi öğrenmek istiyorum." Kurban rolünü oynamaktan ve sadece bir şeyler vermeniz halinde iyi bir insan olacağınızı düşünmekten vazgeçin. Bu küflü bir inançtan başka bir şey değil.

• Sabırlı olun. Bugün yazdığınız bir senaryo yarın gerçek olabilir.

• Bahaneler yaratmaktan vazgeçin. "Eğitimim yeterli değil", "Sadece tanıdıklarını işe alıyorlar", "Zamanlama kötü", "Torpil var" gibi bahaneler, olumsuz enerji yaratmaktan başka işe yaramaz. Gerekli her şeye, eğitime, pozisyona, konuma sahip olsanız bile, bahaneler uydurmaya devam ederseniz, bunların hiçbirisi işe yaramaz.

• Hayatınızda negatif insanların yoğunlukta olması da durumunuzu belirleyecektir.

• Hayatınızdaki olumsuzluk miktarını ölçmek mi istiyorsunuz? Gelirinize bakın. Hayatının büyük bölümünde parayla mücadele eden insanlar olarak, ne kadar olumsuzluk yayarsak, o kadar az gelire sahip oluruz. Gelirimiz, negatif enerjiye bağlı olarak artar veya azalır.

• Son olarak şunu asla unutmayın. Şimdiye kadar olanların, olabileceklerle ilgisi yok! Şimdiye kadar zorlu bir hayat sürmüş olabilirsiniz, ama şimdi bunu değiştirmek sizin elinizde.

ÇEKİM YASASI SECRET

Şimdiye kadar istediğiniz satışları, maaşı, ünü, başarıyı, huzuru, mutluluğu elde edememiş olmanız, bundan sonra elde edemeyeceğiniz anlamına gelmiyor.

Enerjinizi farklı şekilde yaymaya ve farklı şekilde titreşmeye başlayın. Yepyeni bir dünyada yaşamaya başladığınızı göreceksiniz. Böyle olmak zorunda. Kozmik yasa, evrenin yasası.

DOKUZUNCU BÖLÜM

İLİŞKİLER VE DİĞER HAZİNELER

Bu bölümde size enerji akışı sayesinde anlamlı ilişkiler yaratmaktan söz edeceğim. Bunun herhangi bir şey yaratma sürecinden hiçbir farkı yok! Gelin başlayalım!

Eski Alışkanlıklar

Arkadaşlarımızla, partnerimizle, eşimizle, iş arkadaşlarımızla ilişkilerimiz, dünyamızdaki her şey gibi, nasıl titreştiklerimizle ilgilidir. Bildiğimiz gibi, titreşimler de duygulardan doğar.

Eğer huzurlu değilsek, biz kendimizde bir sorun olmadığımızı, suçun karşımızdakinde olduğunu düşünsek de, ya da bunun tersine inansak da, ilişkimiz olumsuz etkilenecektir.

Eğer sözlü ya da zihinsel olarak suçluyorsak, paylıyorsak ve onaylamıyorsak, olumsuz şeyleri kendimize çekeriz.

ÇEKİM YASASI SECRET

Kendimizi kapana sıkışmış, ihmal edilmiş, unutulmuş, güvensiz, yanlış anlaşılmış hissediyorsak, olumsuz şeyleri kendimize çekeriz.

Eğer telkin etmek, teskin etmek, kurtarmak için didinip duruyorsak, olumsuz şeyleri üzerimize çekeriz.

"Evet, ama..." ları duyar gibiyim.

"Evet, ama sen benim partnerimi tanıımıyorsun ki..."

"Evet, ama sen böyle biriyle yaşasan ya da çalışsan neler hissederdin?"

Eğer iki insan söz konusuysa, bu iki insan da titreşir ve bu titreşimler genellikle uyum içinde olmaz. Ancak kendi deneyimlerimizin yaratıcısı ve sorumlusu biziz; eşimiz, ailemiz, hatta bizi işten kovan patronumuz değil.

Bu nedenle, kendi titreşimlerimiz, kendi tepkilerimiz, kendi enerji akışımız, kendi yoğunlaşmamız önemlidir. Eğer istemediğimiz şeyler üzerinde durursak, daha fazla istemediğimiz şeyleri çekeriz ve bizim için iyi ve güzel olan şeylerin gerçek olmasını engellemiş oluruz.

Eğer partnerimiz ya da ilişkide olduğumuz birinin bizi rahatsız eden alışkanlıkları varsa (İstenmeyenler) ve biz bunlar üzerinde yoğunlaşıyorsak, yaptığımız şey, silmek istediğimiz davranışların sürekli tekrarlanmasına neden olmaktan başka bir şey olmaz.

İlişkimiz sırasında küçük bir olumsuzluk üzerinde yoğunlaşırsak, bu olumsuzluk, bizim negatif enerji akışımız sonucunda bir kartopu gibi büyür. Bunun üzerine, aynı dalga boyunda hoş olmayan başka şeyler yaşamaya başlarız. Bir evlilikte başlangıçta yaşanan küçük sorunların sonunda boşanmaya kadar gitmesinin nedenlerinden biri de budur.

"Her şey gitgide daha kötü oluyor" sözünü sık sık duyarız. Bir konudaki rahatsızlıktan kaynaklanan negatif bir enerji akışı kaçınılmaz olarak başka rahatsızlıklara yol açacaktır. Çünkü bildiğimiz gibi, benzerler benzerleri çeker.

LYNN GRABHORN

Elbette biri damarımıza bastığında, karşılığını vermek isteriz. Ancak bir ilişkide yaptıklarımızla elde ettiklerimiz eşit değildir. Asla! Önemli olan, partnerimizin enerjisini nasıl aktardığı da değildir. Dünyadaki her şeyde olduğu gibi, ilişkide de elde ettiklerimiz hissettiklerimizin, titreşimlerimizin ve yaydığımız enerjinin sonucudur.

Bir ilişkinizde koşulları değiştirmek istiyorsanız, titreşiminizi değiştirmek zorundasınız. Bunun başka yolu yok.

Suç

Hayatımız boyunca her gün birilerini ya da bir şeyleri suçluyoruz. Suçu havanın, kötü sürücülerin, dış macunu kapaklarının, güneşin batışının üzerine atıyoruz ve bunun üzerine hiç düşünmüyoruz.

Suçlarken haklı olup olmadığımız kimin umurunda! Önemli olan, suçlamanın büyük bir elektromanyetik enerjiye sahip olması. Kötü, aptal, tacizci ya da sarhoş birine suçlama enerjisini göndermek, değiştirmek istediğiniz koşulu daha da güçlendirmekten başka bir işe yaramıyor.

Birkaç arkadaşım, yaptıkları yolculuk sırasında bavullarını kaybetmişlerdi ve havayollarını suçluyor, bağırıp çağırıyorlardı. Kendileri için çok önemli olan bavullar birdenbire ortadan kayboluvermişti. Kimse onları nerede araması gerektiğini bilmiyordu. Sonunda arkadaşlarım ne yaptıklarının farkına vardılar ve suçlayıp azarladıkları havayolu çalışanlarını övüp takdir etmeye başladılar. Aradan yalnızca dakikalar –evet, dakikalar– geçmişti ki, bavulların bulunduğu ve bir saat içinde kendilerine teslim edileceği haberini aldılar. Daha önceki tutumları, çalışanlara güçlü bir negatif enerji göndermelerine neden olmuş ve ortalığın iyice karışmasına yol açmıştı.

Seminerlerime katılan biri, durmadan kocasını suçluyor, onun ikizlerinin kekelemesine neden olduğunu söylüyordu. Seminerden sonra, bir eş-takdir programına katılmayı istemeye istemeye kabul etti. Altı ay sonra beni aradı ve önceleri

çok zorlandığını, ancak sonunda birilerini, hatta kocasını bile, suçlamaktan vazgeçtiğini öğrendiğini söyledi. Artık olumsuz enerji akışının nelere yol açabileceğini biliyordu. Yaptığımız son telefon konuşmasında, ikizlerin kekelemekten kurtulduğu haberini aldım. Zavallı eşe ne olduğunu bilmiyorum.

İşin özü şu: Suçlamanın yarattığı negatif enerji akışı koşulları daha da kötüleştirmekten başka bir işe yaramıyor. Hiçbir zaman!

Diyelim ki bir ilişkide hoşumuza gitmeyen şeyler var. Bunların bazıları büyük, bazen de kimi zaman göz ardı ettiğimizi düşündüğümüz küçük şeyler. Asıl büyük problemimiz de bu küçük şeyler zaten. Eğer bir şey bizim etiketleyebileceğimiz kadar büyükse, bu etiket "küçük" olsa bile, bunu göz ardı ettiğimizi ya da kabullendiğimizi söyleyemeyiz. Bu şey üzerinde yoğunlaşırız, ona negatif enerjimizi aktarırız ve büyümesine yol açarız.

Eğer bir şey bizi rahatsız ediyorsa, bu rahatsızlığımızda haklı olalım olmayalım, olumsuz şeyleri kendimize çekeriz. Duygusal yoğunluğumuz ne olursa olsun, olumsuz ilgi her zaman daha büyük sorunlara yol açar. Çünkü yazdığımız senaryo budur.

Doğru, bir başkasının tualine, o istemediği sürece, resim yapamayız. Biri değişmek istemiyorsa, yeni bir senaryo yazmanız ya da takdir etmeniz, sadece sizin olumlu enerji yaymanızı sağlar. Karşımızdaki kişi bu enerjiden etkilenmiyor ve sunduğumuz şeyleri reddediyorsa, ilişkiyi bitirmek belki de en doğrusudur.

Bu, manyetizmadır. Eğer kesinlikle değişmek istemeyen biriyle birlikteyseniz, ama siz değişmek istiyorsanız, evrensel fizik sizi olasılıkla ayıracaktır. Evet, bu size korkunç gelebilir, ama bir de şöyle düşünün: Neden hayatını negatif enerji akışına teslim etmiş biriyle birlikte olmak isteyesiniz ki?

Partnerinizin enerji akışı üzerinde durmayın. Hatta partnerinizi boşverin gitsin. Etrafınızda olup bitenler üzerinde yoğun-

laşmaktan vazgeçin ve ne olursa olsun, NE OLURSA OLSUN, pozitif enerji akışı sağlamaya çalışın.

Bir ilişkiyi istediğiniz şekilde sürdürebilmenin tek yolu, hayalinizdeki ilişkinin senaryosunu yazmak ve bu senaryo gerçek olana kadar beklemektir. Bu ilişkiyi şu andaki partnerinizle, ya da titreşimlerinizin daha uyumlu olduğu bir partnerle yaşayabilirsiniz. Önemli olan sizin kendinizi çok daha mutlu hissetmenizdir.

Seçim Sizin Elinizde

Sakin siz de benim bir zamanlar yaptığım gibi, sessizce durup çektiklerinize katlanmayın. Bir an önce, enerjinizin pozitif olmasını engelleyen şeyler üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçip, hayattan bekledikleriniz üzerinde yoğunlaşmalısınız. Başka bir deyişle, İstemedikleriniz değil, İstekleriniz üzerinde durmalısınız.

Eğer sürekli içen bir eşiniz varsa, yeni bir senaryo yazın ve enerjinizi pozitifliğe dönüştürün.

Eğer işsiz bir eşiniz varsa, yeni bir senaryo yazın ve enerjinizi pozitifliğe dönüştürün.

Partnerinizle istediğinizden ve bunu neden istediğinizden söz edin; istemediğinizden ve bunu neden istemediğinizden değil.

Biliyorum, söylediklerim size tuhaf gelecek. Çünkü biz hep suçu başkalarına yüklemeye alışmışız. Şimdi suçu kendimizde aramayı garip karşılıyoruz.

Bu bölümü yazarken, kafamı toplamak ve her şeyi bir süre geride bırakmak için mola verdim ve alışverişe çıktım. Her şeyi geride bırakamadım elbette!

Alışveriş merkezine doğru giderken, benim bahçemdeki küçük evi kiralayan kiracılar hakkında düşünmeye başladım. İki aydır kirayı ödeyemiyorlardı. Sürekli ödenmeyen kiralara üzerinde yoğunlaşmak, beni rahatsız etmeye başlamıştı. Yol boyunca bunları düşünüp durdum ve huzursuzluğum iyice arttı.

Neyse ki markette birden kendime geldim. Köpek mamalarının olduğu reyonda aniden kendime "Beni rahatsız eden şey ne?" diye sordum ve hep olumsuz koşullar üzerinde yoğunlaştığımı fark ettim.

Önce kendime kızdım. Bu ruh halinden kurtulmaya çalışmadığım için daha da çok kızdım. Alışverişimi bitirip arabaya bindim. Kendimi daha iyi hissetme konusunda kararlıydim. Yeni bir senaryo yazmaya hazırdım.

Önce takdir etmeye başladım. "Çok hoş çocuklar onlar. Yakınımda olmaları hoşuma gidiyor," dedim kendi kendime. Bu her şeyi kökünden çözmedi elbette ama kendimi daha iyi hissetmemi sağladı.

"Ben yokken köpeklerime göz kulak oluyorlar. Başka kiracı olsa bunu yapmazdı. Üstelik başka kiracılar evin boyanmasına yardım da etmezdi," diye düşündüm. Kendimi daha da iyi hissettirdim.

"Evi çok seviyorlar. Güzelleştirmek için ellerinden geleni yaptılar." Pozitif enerjim artmaya başlamıştı. Yeni senaryomu yazmaya başlayabilirdim. Kendi kendime alçak sesle konuştum.

"İkiniz de yeni iş mi buldunuz? Bu harika! Sizin adınıza çok sevindim. Bir süredir yeni mobilyalar almak istediğinizi biliyordum. Bunu yapacağınızdan da emindim."

Hayalimdeki resmi çizmeye devam ettim. Fazla ileri gidip kendimi huzursuz hissettiğimde geri dönüyor, kendimi iyi hissedene kadar yazmayı sürdürüyordum.

Eve döndükten on dakika sonra kiracılarım geldiler. Yeni ve sürekli iş bulmuşlardı. Üstelik kiramı ödemelerini sağlayacak finansmanı da elde etmişlerdi. Bu kadar çabuk sonuç aldığıma inanamıyordum.

Bu gençler, kiramı ödeyemediklerinin bilincindeydiler elbette; ancak esas olarak evi ne kadar çok sevdikleri ve bu evi nasıl güzelleştirmek istedikleri üzerinde yoğunlaşmışlardı.

Parasızlıkları üzerinde durmamışlardı. Yani onların titreşimleriyle benimkiler uyuşmuştu. Eğer onlar korku duysalardı, ben onları ne kadar takdir edersem edeyim bir işe yaramazdı.

Titreşimsel Ping-Pong

Yüksekokuldan mezun olduktan sonra bir süre, kataloglar için fotoğraf çekimleri yapan bir stüdyoda çalıştım. Moda çekimlerinin yapıldığı bu stüdyo, alanında dünyanın en büyük stüdyolarından biriydi.

İşin en keyifli tarafı stilistlerle çalışıyor olmamdı. Her gün stüdyoya bir sürü manken gelip gidiyordu. Birçoğuyla ilgilenmiyordum bile. Ancak uzun boylu, kıvılc saçlı, çarpıcı bir manken vardı ki dikkatimi çekiyordu. Herkes onunla ilgili şakalar yapıyor, hatta onunla dalga geçiyordu.

Bu mankenin erkek arkadaşlar konusunda problemi vardı. Haftada birkaç kez stüdyoya geliyordu ve her geldiğinde ya son erkek arkadaşıyla yaşadığı sıkıntıyı anlatıp ağlıyor ya da yeni sevgiliyle ilgili heyecanlarından söz ediyordu. Adeta bir ping-pong topuna dönmüştü.

"Piçkurusu! Telefonlarıma çıkmıyor! O da diğer erkekler gibi işte! Sırf kendini düşünüyor. Ben umurunda bile değilim! Bana ayıracak zamanı yok! Öbür kızlara ayıracak zaman buluyor ama!"

Tek yaptığı suçlamak, suçlamak, suçlamaktı. O böyle yaptıkça, sorunları daha da artıyordu. İnsan ister istemez şöyle düşünüyordu: "Bu kadar güzel bir kız nasıl bu kadar talihsiz olabilir?"

Aslında onunki talihsizlik filan değildi. Bu genç kadın her şeyi titreşimleri ve erkekler konusundaki eski alışkanlıklarını sürdürmesi yüzünden yaşıyordu. Senaryosu hiç değişmiyordu. Erkekleri tıpkı arıları çeken çiçekler gibi çekebileceğini biliyordu; çekiyordu da. Ama bütün ilişkileri aynı şekilde sonuçlanıyordu. Buna titreşimleri yol açıyordu. İstemedikleri üzerinde

yoğunlaşması, istemediği daha fazla şeyi yaşamasına neden oluyordu. Sürekli eski sevgililerini suçladığı ve buna yönelik titreşimler yaydığı için, başka türlü bir ilişki yaşaması mümkün olmuyordu.

Affetmek Nedir?

Önce suç gelir... Sonra? Affetmek mi? Bazen evet, bazen hayır.

Affetmeye bakışımız da suçtan farklı değildir. Çok ender olarak, içtenlikle, affederiz..

Bir şey olur, biri bir şey söyler ve biz titreşmeye başlarız. Eğer negatif hislerin bizi etkilemesine izin verirse, doğrudan suçlama moduna gireriz.

Ama diyelim ki birini affetmeye karar verdik. NE güzel! Affetmek, olumlu enerjiye karşı direncimizin ortaya çıkması demektir.

Birini affettiğimizde, affettiğimiz kişinin yanlış bir şey yapmış olduğunu düşünüyoruz demektir. Affettiğimizi söylesek de, hala yanlış olduğunu düşündüğümüz şey üzerinde düşünmeye devam ederiz. Oysa gerçek affedicilik, bizi sinirlendiren şey üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmektir. Bu beş dakika ya da elli yıl önce olmuş her şey için geçerlidir. Eğer bizi sinirlendiren bu şeyi unutmazsak, bundan etkilenmeye devam ederiz ve buna bağlı olarak titreşiriz. Bu titreşimler de bizim aynı yanlış ya da benzer yanlışları çekmemize neden olur. Bu süreç böyle devam eder.

Eğer affetme ihtiyacı varsa, bu ihtiyacı doğuran bir suç ya da yargı var demektir. Yoksa, affetmek için bir neden olmaz. Yargı ya da suç da bizim bir İstenmeyen üzerinde yoğunlaştığımızı gösterir. Affetmenin ilk adımı, suçlamaya neden olan direnci ortadan kaldırmaktır. Yani "Kimin umurunda! O aptal tatsız bir şey yaptı işte... Ne olmuş yani?" diyebilmek ve bunu söylerken samimi olabilmektir.

Bu, koşulsuz sevgiye benzer. Koşulsuz sevgi, elli milyonda bir kişinin anlayabildiği bir şeydir. Ben anlayamadım. Koşulsuz sevginin birini ne kadar dejenere olursa olsun sevmek olduğunu sanıyordum. Elbette bunu yaparken, karşıdaki kişinin dejenereliği üzerinde yoğunlaşmaya devam ediyordum ve buna bağlı olarak titreşiyordum.

Aslında koşulsuz sevgi şu anlama gelir:

"Karşıdaki kişi nasıl bir çılgınlık yapmış olursa olsun, kendimi iyi hissetmeye ve pozitif enerji yaymaya devam edeceğim." (Unutmayın; değiştirmek ya da hoşlanmak zorunda değilsiniz; üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçin yeter.)

Bu şu demektir: "Mutlu olmak için, bütün koşulların yerli yerinde olmasına ihtiyacım yok. Artık senin saçma sapan alışkanlıkların üzerinde durmayacağım; çünkü benim sevgimin sana akması için her şeyin mükemmel olması gerekiyor."

"Kötü olabilirsin, çok incitici şeyler söyleyebilirsin, ama senin seçimin benim seçimimi etkilemiyor. Yani pozitif enerjiye sahip olmamı ve kendimi iyi hissetmemi engellemiyor. Artık hissettiklerim yüzünden olumsuz koşulları ya da senin olumsuz alışkanlıklarını suçlamıyorum!"

Bunun olanaksız görüldüğünü biliyorum, ama mutlu olmak için bunu denemeye değmez mi?

Bunları söylerken, bir tacizciyi affetmeniz gerektiğini mi kastediyorum? Hayır, klasik anlamda öyle değil. Klasik, normal yollarla affetmek, yanlış üzerinde durmaya ve buna bağlı olarak titreşmeye, dolayısıyla daha fazla yanlış çekmeye devam etmektir. Ben unutup diyorum; pozitif enerjiye sahip olun, yeni bir senaryo yazın ve buna bağlı olarak titreşin.

Size, zina yapan birini affetmenizi mi söylüyorum? Hayır, klasik anlamda değil. Eğer eşinizle tekeşliliğe yönelik bir anlaşma yaptıysanız, size bu ilişkide ya da bir sonraki ilişkinizde aynı şeyi yaşamak istemiyorsanız, bunu unutmanızı ve olumlu enerjiye sahip olmanızı söylüyorum. Böylece ya arzuladığınız uyumu ya da yeni bir sevgiliyi çekecek şekilde titreşirsiniz.

ÇEKİM YASASI SECRET

Size "Affetmeyin!" mi diyorum? Elbette hayır. Tam tersine, mümkünse bir an önce affetmenizi söylüyorum. "Seni affediyor muyum? Elbette. Şimdi ne yapıyoruz?" Bu, "Şey,bilmiyorum tatlım, yaptığın çok kötü bir şeydi," demekten çok farklı.

Şunu hiç unutmayın: Eğer aynı olumsuzluğu daha fazla yaşamak istemiyorsanız, affetmek kesinlikle unutmak anlamına gelmelidir!

Bir ilişkide istemediğiniz şeyler üzerinde yoğunlaşırsanız, isteklerinize asla kavuşamazsınız. İlişkinin istediğiniz yönde değişmesini sağlamak için:

Olumsuzluklar üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmelisiniz.

Pozitif enerjiye sahip olmak üzerinde yoğunlaşmalısınız.

İstenmeyen koşulların değişmesinin ve ilişkinizin hayatta kalmasının tek yolu budur.

"Nasıl Yardımcı Olabilirim?"

"Özürü bir arkadaşım var. Ona nasıl yardımcı olabilirim?"

"İşsiz bir arkadaşım var. Ona nasıl yardımcı olabilirim?"

"Tüm dünyaya öfke duyan bir kardeşim var. Ona nasıl yardımcı olabilirim?"

Hepimiz yardımcı olmak istiyoruz. Birinin kendini daha iyi hissetmesini sağlayacak bir şey vermek, yapmak ya da söylemek istiyoruz.

Ama dikkatli olun; yardım eli her zaman görüldüğü gibi olmayabilir.

Eğer bir an için bu soruları düşünürseniz, karşınızdaki kişi üzerinde yoğunlaştığınızı görürsünüz. Eğer sadece bu kişinin acısı üzerinde yoğunlaşırsanız, onunla aynı şekilde titreşmeye başlarsınız ve sizin enerjiniz de negatife dönüşür. Olumsuz koşullar üzerinde yoğunlaşırsanız, başlangıçtaki oranla çok daha fazla negatif hisse kapılırsınız. Daha da kötüsü, bu negatifliği yardımcı olmaya çalıştığınız arkadaşınıza da yansıtarak kısır-döngüyü başlatmış olursunuz.

LYNN GRABHORN

O halde nasıl yardımcı olacaksınız? Yapmanız gereken ilk şey, o kişi hakkında düşünmeye başlamadan önce kendinizi iyi hissetmeye ve enerjinizi pozitifte dönüştürmeye çalışmanız. Daha sonra bu olumlu duyguları, yardımcı olmaya çalıştığınız kişiye de aktarabilirsiniz. Böylece onun tualine resim yapmakla kalmaz, kendisine de boya ve fırça vermiş olursunuz.

Diğer yandan, eğer bir insanın kanser olmasının, işsiz kalmasının, evini kaybetmiş olmasının ne kadar kötü bir şey olduğunu düşünmeye devam ederseniz, bu olumsuz titreşimler o kişinin olumsuz titreşimleriyle birleşecek ve koşulların daha da kötüye gitmesine neden olacaktır.

Bunun yerine karşınızdaki kişiyi olmasını istediğiniz şekilde görmeye ya da düşünmeye çalışın. Sizin olumlu duygularınız, sevgi dolu enerjiniz, o kişinin düşünceleri, duyguları ve varlığı üzerinde son derece güçlü bir etkiye sahip olacaktır.

Ayrılık

"Yapmalı mıyım-yapmamalı mıyım? Yapmalı mıyım-yapmamalı mıyım?" Hepimiz bunu yaşarız. Bir şeyler yapmamız gerektiğini düşündüğümüzde, bu rahatsız edici dönemden geçmek zorunda kalırız. Ama cevaplara ulaşamayız. Ya da ulaşmak istemeyiz.

Duygusal açıdan en zorlu sözcüklerden birini ele alalım: "İlişki." Bu, insana kendini iyi hissettiren kavramlardan biri değildir; tıpkı para gibi. Hatta düşünüldüğünde çoğu kez olumsuz hislere neden olur.

Bir ayrılık yaşadığımızda ya da böyle bir olasılıkla karşı karşıya kaldığımızda, yeni bir ilişkiye başlamak o kadar da heyecan vermez. Ancak bir ilişkiye başlarız; hem de aynı ya da daha kötü bir senaryoyla. Sadece oyuncular değişmiştir.

Oysa senaryoyu değiştirmemiz gerekiyor! Eğer şimdiki ya da bir sonraki ilişkimizde bir şeylerin değişmesini istiyorsak, bir şeyleri farklı görmeli ve farklı hissetmemiz gerekiyor. Eğer

ÇEKİM YASASI SECRET

bir şeylerin farklı olmasını istiyorsak, senaryoyu değiştirmemiz gerekiyor.

Diyelim ki işinizi bitirdiniz ve şimdi yalnızsınız. Bu arada kendinizi yeni biriyle ilişkiye girmeye hazır hissediyorsunuz. Peki ilk düşündüğünüz şey nedir? Eski sevgiliniz! Onundan dokuzunda da, bu düşünce olumsuz titreşimlerle sonuçlanır. Tıpkı bir türlü istediği erkeği bulamayan çekici manken gibi, siz de hep eski sevgilinize benzer erkekleri, ya da daha kötülerini çekmeye devam edersiniz.

Yapmanız gereken şey senaryoyu değiştirmek ve olumsuz titreşimlerden kurtulmak! Eski sevgiliniz konusundaki duygularınızı da gözden geçirmelisiniz. Eğer bunu yapmasanız, pişmanlıklar ve öfkelere takılıp kalmayı sürdürür, bu durumda da eskiden yaşadıklarını ya da daha kötülerini yaşamaya devam edersiniz. Elde ettiklerinizi belirleyen şey, titreşimlerinizdir. Tıpkı eskisi gibi titreşip yeni şeylere ulaşmayı bekleyemezsiniz!

İlişkiler asla ölmez. Asla durmaz. Bir evi, ofisi, kulübü paylaşan iki, üç ya da daha fazla kişi arasında her zaman titreşimsel bir bağ vardır. Bu bağlar olumsuz olmaya devam ederse... gerisini biliyorsunuz. Sizin yaydığınız titreşimler, kendileriyle uyumlu titreşimleri bulacaktır.

Tacizci biriyle ya da bir serseriyle beraber olmuş olabilirsiniz. Eğer aynı şeyi yaşamaya devam etmek istemiyorsanız, olumsuz titreşim bağlarını koparmak için, bu kişi hakkında seveceğiniz ya da takdir edeceğiniz bir yön bulmalısınız. Aksi takdirde, iki ilişki arasında ne kadar zaman geçerse geçsin, siz kendinizi iyileştirmek için ne kadar çok şey yaparsanız yapın, eski sevgilinizin olumsuz yönlerinin aynılarını ya da benzerlerini çekmeye devam edersiniz. Çünkü bunlardan yakınırken, arkadaşlarınıza bunlardan kurtulduğunuz için ne kadar memnun olduğunuzu anlatırken, onca zaman bunlara katlandığınız için kendinize kızarken, hala bu yönler üzerinde yoğunlaşmayı sürdürüyorsunuzdur. Düşündüğünüz ve hissettiğiniz şeylere yö-

LYNN GRABHORN

nelik titrettiğiniz için, bu, istemediğiniz şeyleri çekeceğiniz anlamına gelir.

Aynı şey, ailenize yönelik suçlayıcı yoğunlaşmalarınız için de geçerlidir. Eğer çocukluğunuzda kötü şeyler yaşadysanız ve hala bunlara takılıp kaldıysanız, ilişkinizde, evliliğinizde, hatta işinizde de benzer şeyleri yaşarsınız.

Mevcut durumunuza dönelim. Diyelim ki süregelen bir ilişkiniz var ve hala bu ilişkiyi sürdürüp sürdürmeyeceğinize karar vermeye çalışıyorsunuz. Koşullar üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçip kendinize sizi neyin rahatsız ettiğini sorma vaktiniz gelmiş demektir. Böylece olumsuz titreşimler tersine dönecektir. Bu şu anki ilişkinizde fark yaratmayabilir; ama sorun üzerinde durmaktan vazgeçmenizi ve bazı cevaplar bulmanızı sağlayacaktır. Çünkü cevapları ancak sorun üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçip daha yüksek bir frekansa geçtiğinizde bulabilirsiniz.

Bu nedenle, insanları, seilmeye değer olup olmadıklarına bakmaksızın sevin. Kendilerine çok kızsanız bile onları takdir edin. Olumsuz çekim zincirini kırın. O zaman gitmek mi kalmak mı gerektiğine ilişkin cevapları bulabilirsiniz. Gitmeniz bile, eskiden yaşadığınızı olumsuzlukların aynılarını ya da benzerlerini kendinize çekmezsiniz.

Acı Zinciri

Beni sık sık arayıp yaşadığı bütün sıkıntıları anlatan eski bir arkadaşım vardı. Ben, başka birinin olumsuz titreşimlerinin insanı ne kadar etkilediğini keşfetmeden önce bu durumu daha sık yaşıyorduk.

Bu, yıllarca devam etti. Zaman geçtikçe eski sorunlar büyüyor, büyüyordu.

Her arayışında, onun olumsuz duygularına ortak oluyor, ona yardımcı olduğunu sanıyordum. Onunla empati kuruyor, yaşadıklarını her yönüyle anlamaya çalışıyordum. Sonunda

kendimi o kadar kötü hissediyordum ki dışarı çıkıp hava almak ve aklımı başıma toplamak zorunda kalıyordum.

Aslında farkında olmadan hem onun olumsuzluğunu artırıyordum hem de aynı olumsuzluğun beni de kuşatmasına neden oluyordum. Çok kötü bir durumdu, buna nasıl dur diyeceğimi bilmiyordum. Arkadaşıma beni bir daha aramamasını söylemek istemiyordum. Dahası, onunla konuşmadığım zamanlarda bile gözümün önünden gitmiyordu. Yaşadığı sıkıntıları düşünüyordum.

Sonunda titreşimsel olarak ikimize de neler yaptığımı fark ettim. Arkadaşıma farklı türden düşünceler göndermeye başladım. Gözümde onun bolluk, mutluluk ve huzur içinde olduğunu canlandırdım. Elbette bu hiç de kolay olmadı. Ama arkadaşım üzüntüsünden kurtulmak istemiyordu; başka bir deyişle benim ona verdiğim tuval ve fırçalarla bir şey yapmak istemiyordu.

Sonunda bir gün beni aradı ve onun düşüncelerini paylaşmadığım için beni suçladı. Benim katı, kalpsiz, bencil olduğumu söyledi. Şimdi tekrarlamak istemediğim daha bir sürü sıfat saydı. Belki de haklıydı, çünkü artık onun Acı Zinciri'ne dahil olmak istemiyordum. Onun batmasına izin vermek zorundaydım; yoksa ben de onunla birlikte batardım ve bunu hiç istemiyordum. O zamandan beri arkadaşımın haber almadım ama onunla ilgili hep güzel şeyler hayal ettim. Belki bir gün...

Biri adına bir durumu düzeltmeye karar verdiğimizde (benim arkadaşım için yaptığım gibi), bu kişiyi gözümüzde "kötü" durumda canlandırıyoruz ve ona olumsuz enerji aktarıyoruz.

Bunun yerine, örneğin onların takdir edilecek bir yönlerini bilsak, onlara olumlu titreşimler gönderebilir ve bir değişim başlatabiliriz.

Birinin sıkıntısından kurtulmasını istiyorsanız, ona "Her şey yoluna girecek" mesajı gönderin ve kendini iyi hissetmeye başlaması için bir fırsat tanıyın. Bu size Pollyannacılık gibi gelebilir, ama mutlaka işe yarayacaktır. Böylece bu kişi sizin verdiğiniz boyaları ve fırçaları kullanmaya hazır hale gelecektir.

tir. Eğer kullanmak istemezse, üzerinde durmayın. Onun üzüntüsüne katılırsanız, sadece yaydığınız olumsuz titreşimlerle bu üzüntüyü ikiye katlamış olursunuz.

Bu gezegendeki herkes, istediği sürece, kendi yolunu bulma yeteneğine sahiptir. Ancak zaman zaman onların batışına tanık olmak zorunda kalırız, çünkü bu onların kendi seçimidir. Titreşimsel olarak, onların Acı Zinciri'ne bağlanırsak, biz de onlarla birlikte batırız.

Aileler ve Uyum?

Ailenizde biri sizi deli ediyorsa, bunun üzerinde yoğunlaşmanız durumu daha da kötüleştirmekle kalmaz, hayatınızın her alanını da etkiler. Küçük bir soruna ilişkin negatif enerji yaymaya başladığınızda, bir süre sonra bütün dünyaya negatif karşı negatif enerji yayarak hale gelirsiniz. O halde aynı çatı altında yaşayan insanların farklı yollar izleseler bile aynı yöne gitmelerini nasıl sağlarız? Bir arkadaşım bu konuda çok başarılı olmuştur.

Arkadaşımın oğlu herkese kötü duygular yaşıyordu. Çocuğun ilaç bağımlılığı, bütün aile bireylerine büyük bir acı yaşıyordu.

Peg, yani arkadaşım, Çekim Yasası'nın etkisine girdikçe, herkesin aynı yönde yoğunlaşmasının yararlı olacağına karar verdi. Önceleri herkes çok zorlandı; çünkü herkes çocuğa ilişkin İstenmeyenler üzerinde yoğunlaşmaya alışmıştı.

Yine de aile toplantıları yapıp İsteklerini dile getirmeye başladılar. Elbette beklendiği gibi önceleri uzun İstenmeyenler listeleri oluşmaya devam etti. Sonunda her aile bireyi olumlu İsteklerini açık ve coşkulu bir şekilde ifade eder hale geldi.

Bundan sonra Neden'lere geçildi. Havada arzusunun gerçek renkleri uçuşmaya başladı. Herkes kendini o anda olduğundan daha iyi hissetmek istiyordu. Bu niyetten yola çıkılınca mucizeler yaşandı.

ÇEKİM YASASI SECRET

Uzun zamandır ilk kez gerçekten birlikte olmak, birlikte bir şeyler yapmak, birlikte bir yerlere gitmek, kendilerini bir aile gibi hissetmek istiyorlardı. Bu işe yaradı! Bir süre sonra, çocuğun okuldaki durumu düzeldi. Anne ve baba olumlu enerjilerini oğullarına yansıttıkları için, çocuk mutlu, huzurlu ve başarılı bir genç adam oldu. İlaç bağımlılığından da kurtuldu.

Peg ve ailesi enerji kaynaklarını olumlu yönde kullanarak büyük bir başarıya imza attılar.

Ne Olursa Olsun

Kendimizi koşullara esir etmez ve olumlu enerjiye sahip olursak, hayat bambaşka olur. Eğer eleştirmenin ve suçlamanın değil, takdir etmenin ve övmenin yollarını ararsak, hem diğer insanlar hem de kendimiz için olumlu şeyleri çekeriz.

“Seni seviyorum, ama...” ya da “Sen neden hiç...” gibi, pozitif enerjiye sahip olmanıza engel olan ifadelerden kaçının.

Bunun yerine, “Neler olacak bilmiyorum, ama senin için her şeyin çok güzel olacağından eminim” ya da “Senin için üzülüyorum, bizim için üzülüyorum, çünkü her şey yolunda gidecek” gibi, olumlu pozitif enerjiyi teşvik eden ifadeleri tercih edin. Bunu aile yaşantınızda sıklıkla ve kolaylıkla uygulayabilirsiniz.

Bir konuda olumlu enerjiye sahip olmanız, hayatınızın başka alanlarını da etkileyecektir. Örneğin bir arkadaşınızı övdüğünüzde, güzel bir iş bulabilirsiniz. Yalnız bir anneyseniz, çocuklarınızı övdüğünüzde, kendinize yeni bir eş bulabilirsiniz! Evinizi övdüğünüzde çocuklarınızın sorunları ortadan kalkabilir!

Duygularınız, enerjinizi ve titreşimlerinizi yaratır. Bu nedenle senaryonuzu yazın; nedenler ve nasıllar üzerinde durmayın. Gerçekleşmemiş şeyler üzerinde de durmayın. Ne olursa olsun, pozitif enerjiye sahip olmaya çalışın. Yaşayacağınız şeyleri siz yaratın.

Ne olursa olsun bunu yapın!

ONUNCU BÖLÜM

YAŞAYAN BEDEN, ÖLEN BEDEN

Enerji akışımı kontrol etmeye başladığımdan beri hayatım değişti mi? Kesinlikle! Elbette hala zaman zaman olumsuz şeyler üzerinde yoğunlaşmama, olumsuz duygular yaşamama, enerjimin negatif olmasına neden olan bazı eski inançlarım var. Ancak bunları fark eder etmez değiştirmeye çalışıyorum. Bazen bu süreç hızlı gerçekleşiyor, bazen de yavaş oluyor.

Ben en çok enerji akışımın bedenimde yaşadığı değişimden keyif alıyorum.

Kırklı yaşlarımda çok kötü sırt ağrıları yaşadım. Bazen bir hafta boyunca yataktan kalkamıyordum. Bazen de ağrılar öyle dayanılmaz bir hal alıyordu ki çılgınlıklarım neredeyse şehrin öbür ucundan duyuluyordu. Binbir güçlüklerle arabaya binmeyi başarıp işe gitsem de, masamda otururken ağrıdan öleceğimi sanıyordum.

Gitmediğim doktor kalmamıştı. Bir doktor bunun strese bağlı olduğunu söyledi. Düşük kan şekeri teşhisi koydu.

Duygusal, fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak hiç iyi durumda değildim. Ne yapsam işe yaramıyordu. Başım büyük dertteydi.

Sorun sadece eklemelerim değildi. Kilo alıyordum, enerjim azalıyordu, gözlerim bozulmuştu, dişlerim kötüleşmişti ve saçlarım dökülüyordu. Bütün bunlar neyin işaretiydi? Yaşlanmanın mı? Hayır, bunlar negatif düşünmenin, enerji kaynağını doğru kullanamamanın, olumsuz titreşimler yaymanın sonucu. Yaşlanmak bunların yanında hiç kalıyordu.

Neden bu hale gelmişim? Bedenime bu kadar zarar veren negatifliğim nereden geliyordu? Orta sınıfa mensup sıradan bir ailede büyümüş, sıradan bir çocuktum. Hep doğru şeyleri yapmıştım; doğru okullara gitmiş, doğru giysileri giymiş, doğru işlerde çalışmış, doğru yerlerde yaşamıştım. Hayatımdan memnundum.

Kimi zaman çok eğleniyordum. Kimi zaman çok mutluydum. Kendimi negatif biri olarak tanımlamam mümkün değildi. Arkadaşlarımdan da öyle tanımlayacağını sanmıyordum. Tam aksine, herkes beni iyimser biri olarak tanırdı. Yine de hemen her şeyi kafaya takıyordum. Yüzümde bir gülümseme olurdu, ağızımdan hep güzel şeyler çıkardı; ama ben hep yoksunluklar üzerinde yoğunlaşırdım. Herkes öyle yapmıyor muydu zaten?

Şimdi, o günlerin üzerinden yirmi yıl geçti. Düşük kan şekeri günleri yirmi yıl geride kaldı. Çekim Yasası'nı birkaç yıldır uyguluyorum. Hayatım boyunca daha iyi görünmemiş, kendimi daha iyi hissetmemiş ve daha iyi olmamıştım. Gençliğimde bile hayata böyle bir tutkuyla bağlı olduğumu hatırlamıyorum.

Artık hayatımda korkuya, endişeye ve üzüntüye yer yok. Bana yetecek kadar parayı kolaylıkla kazanabiliyorum. Aklıma yeni fikirler geliyor. İşimi keyifle ve kolayca yapıyorum. İstedğim şeyleri, istediğim zaman yapıyorum. En azından çoğu zaman... Olumsuz yoğunlaşmalarımın etkisi çok kısa sürüyor. İstedğim zaman çok mutlu günler yaşayabiliyorum. Bütün bunların sonucu mu? Son derece sağlıklıyım!

Hastalıklar Neden Var?

Bugünlerde herkes fiziksel sağlığın zihinsel sağlığa bağlı olduğunu biliyor. Doktorlar bile bunu kabul ediyor! Bilimle ve tıpla ilgilenen herkes bedenle zihin arasında güçlü bir bağ olduğunu kabullenmiş durumda. Sadece şimdilik bunun adını koyamıyorlar. Bunun aslında kendi enerjimizden başka bir şey olmadığını öğrendiklerinde çok şaşırılmazlar mı sizce?

Hastalık, aslında negatif enerji akışının çok büyük boyutlara ulaşmış hücrelerimize zarar vermesinden başka bir şey değil.

Beden sonuçta evrenden ayrı bir şey değildir. Bir şeyi düşündüğümüzde, titreşimler her yerden olduğu gibi bedenden de geçer. Eğer bu titreşimler kendini iyi hissetmeye yönelik olarak bedenin kendine özgü programlamasıyla uyumluysa, hücreler sağlıklı kalacaktır.

Ancak eğer negatif enerji söz konusuysa, hücreler güçlerini koruyamaz ve görevlerini yerine getiremezler. Sadece sindirdiğimiz fiziksel yiyeceklerden beslenirler ve bu onlara yetmez. Hayatta kalmaları için gerekli olan Yaşam gücünün yüksek frekanslı enerjisine sahip olmazlarsa, zayıflarlar ve vaktinden önce ölürlər. Normal bir şekilde çoğalmaları ve sağlıklı bir yaşam sağlamaları mümkün olmaz.

Hastalık tek bir nedenle var olur: Kişi yüksek frekanslı enerjiden çok düşük frekanslı enerji yayar. Bu kadar çok hastalığın görülmesinin nedeni de budur zaten. Eğer kendini negatif hislerden kurtarmış olan ve çoğunlukla kendini mutlu hisseden bir insan bulursanız, bilin ki o sağlıklıdır! Hastalıklı insanlar kendilerini yaşam enerjisine kapatmışlardır. Pozitif enerji yaymaktan çok uzaktırlar. Enerji kaynaklarını endişe, suçlama, suçluluk gibi olumsuz hisler etkilemektedir.

Hastalıklı insanlar birçoğumuz gibi yanlış bilgilendirilmiş insanlardır. Son derece dindar, dürüst, iyi vatandaşlar, güvenilir ve candan dostlar olabilirler; ancak yaşamlarına büyük oranda pozitif enerji katmazlarsa, gerçek anlamda bir hayat süremez-

ÇEKİM YASASI SECRET

ler. Hastalıkların istisnasız hepsi, pozitif enerji akışının eksikliğinden kaynaklanmaktadır.

Eğer Hastaysanız

Şu anda hastaysanız, size kesinlikle doktorunuza gitmeye, tedavinizi sürdürmeye ve verilen reçeteleri uygulamaya devam etmenizi öneririm. İnançlarınız da buna yöneliktir zaten. Yeni inançlar ve yeni titreşimsel değişimler güçlü bir şekilde devreye girene kadar ortalığı bulandırmaya gerek yoktur.

Yüzyıllar boyunca, bizi iyileştirecek şeyin bizim dışımızda olduğuna inandık. Bu inancı bir anda değiştirmemiz elbette olanaksız. Düşünceler ve enerji akışı değişmediği sürece de iyileşmek mümkün değil. Bu yüzden, eğer hastaysanız, mutlaka doktorunuza gitmeye devam etmelisiniz.

Ancak, eğer hastaysanız, sizden her hastalığın iyileşebileceğini varlığınızın derinliklerinde hissetmenizi istiyorum. Kendinizi fiziksel olarak çok kötü hissederken birden gücünüzü toplamaya ve moralinizi düzeltmeye çalışmanın çok zor bir iş olduğunu biliyorum; ama bunu yapabilirsiniz. Sayısız insan yaptı çünkü.

Örneğin, kanserden ölmek üzere olan yayıncı Norman Cousins bunu başardı. "Kendimi bırakmayacağım" dedi ve zamanını kahkahalar atarak geçirmeye karar verdi. Bedenindeki frekansları değiştirdiğinde, bedeninin kendi kendini tedavi edebileceğini içgüdüsel olarak biliyordu. Bu nedenle hastanedeki yatağında, sadece komik filmler izledi, komik kitaplar okudu, arkadaşlarından ona fıkralar anlatmalarını istedi ve neredeyse vücudunu sarmış olan kanseri yendi. Sonra bu konuda bir kitap yazdı ve gerçek bir yol gösterici oldu.

Cousin'in iyileşmesi burada anlattığımız şeylere çok güzel bir örnek. Hastalığın nedeni genler, cinsel alışkanlıklar, kötü etleri sindirememek, hatta enfeksiyonlara açık olmak değildir. Bedeninde pozitif enerji akışı olan biri bu tür şeylerden etkilenmez. Hastalığa neden olan şey, negatif enerji akışıdır.

LYNN GRABHORN

Bir hastalıkla, özellikle ciddi olduğunu düşündüğümüz bir hastalıkla karşı karşıya kaldığımızda, ilk yaptığımız şey paniğe kapılmak ve doktora koşmaktır. Hemen koşullara takılıp kalır, kafa patlatmaya başlarız. Korkarız ve elbette bu yönde tepki veririz. Tamamen hastalık üzerinde yoğunlaştığımız ve negatif titreşimler yaydığımız için, bu hastalığı ortadan kaldıracabilecek koşulları, yani yüksek frekanslı enerji gücünü yok etmiş oluruz.

Hafif Yemek/Ağır Yemek

Hiçbir hastalık ya da kaza bir gecede olmaz. Sıkıntıların pişmesi zaman alır, genellikle birkaç yıl sürer. Yüksek frekanslı enerjiden çok düşük frekanslı enerji yaymanın da uzun süreli nedenleri olabilir.

Örneğin, ciddi bir kaza geçirdiyseniz, bu birdenbire olmamıştır. Geçmişe baktığınızda, düşünce kalıplarınızın düşük frekanslara doğru meyilli olduğunu görebilirsiniz. Ailenize öfke duymuşsunuzdur, koşullardan bunalmışsınızdır, sevilmek istemişsinizdir, başarısızlıktan, suçlanmaktan korkmuşsunuzdur, maddi güçlükleriniz olmuştur, gizli bir suçluluk duygusuna kapılmışsınızdır. Bu böyle olmuş olmak zorunda, yoksa bu kaza olmazdı. Bu negatif momentum birikir, birikir ve sonunda bir yerde patlak verir.

Düşük frekanslı enerji nedendir; beden gördüğü zarar da -kaza ya da hastalık- da düşük frekanslı enerjinin sonucudur.

Bir de yoğunluk meselesi var. Hafif, şiddeti fazla olmayan ve belirli bir süre devam eden bir olumsuzluk elbette olumsuz titreşimlere neden olur ve bedeniniz buna hafif, şiddeti yoğun olmayan bir sorunla tepki verir. Aynı şekilde, aylar ya da yıllar içinde devam eden ağır bir negatif enerji akışı da ağır bir hastalığa ya da büyük çaplı bir kazaya sebep olur.

Fiziksel problem ne olursa olsun, bedene yönelik titreşimsel tacizin sonucundan başka bir şey değildir.

Numara Yapmak

Bir hastalıktan kurtulmak istiyorsak, hücrelerin yeniden yenilenme sürecine başlaması için zihnin yüksek titreşimler yaratmasını sağlamak üzere çeşitli hilelere başvurabiliriz. Bu tam bir tedavi değildir; çünkü sadece enerjideki bir değişiklik bu dönüşümü yaratacaktır. Bu, harikalar yaratabilecek bir başlangıçtır.

Burada yapılacak hile, senaryo yazmaya benzer. Bunun için "Hadi Numara Yapalım" adındaki çocuk oyununu oynayacağız. Size söz veriyorum, eğer bu oyunu kendinizi vererek ve içinizden gelerek oynarsanız, pozitif enerjiye sahip olmanız işten bile değil. Hadi başlayalım.

Hadi Numara Yapalım, Birinci Bölüm: "Ya Eğer..."

Önce yüzünüze bir gülümseme oturtun, sonra içinizden gelen gülümsemeyi hissedin. İçinizdeki çocuğa ulaşın. Oynayacağımız oyun, "Ya Eğer..." oyunu.

"Ya eğer... ne yapardım?"

"Ya eğer... nereye giderdim?"

"Ya eğer... nasıl oynardım?"

... sapasağlam olsaydınız!

... genç ve çok yakışıklı olsaydınız!

... eskiden olduğunuz ya da her zaman olmak istediğiniz gibi kıpır kıpır, neşeli bir genç olsaydınız!

... üç dileğiniz gerçek olsaydı, istediğiniz her şeyi yapabilecek, istediğiniz her şeye sahip olabilecek durumda olsaydınız!

Bu oyunu çok eğlendiğinizi ve içinize dalga dalga heyecan yayıldığını hissedene kadar sürdürün. (Eğer kendinizi aptal gibi hissediyorsanız, bu sizin ne kadar katı bir yetişkin olduğunuzun ve genellikle olumsuz titreşimler yaydığınızın göstergesidir.)

Hadi Numara Yapalım, İkinci Bölüm: "O zamanlar"

Şimdi titreşimsel olarak kendinizi gerçekten sağlıklı ve mutlu hissettiğiniz zamanlara ve bu zamanlardaki duygularınıza dönün.

Belki okuldan sonra futbol oynuyordunuz. Belki güzel bir yaz günü deniz kenarında yürüyordunuz. Ya da at biniyordunuz. Her şey olabilir; yeter ki keyifli bir zamanınıza dönün ve o zamanki mutlu duygularınızı hatırlayın.

Hadi Numara Yapalım, Üçüncü Bölüm: "Karıştırma"

Şimdi ikisini birleştirin. İki duygu arasında, "Ya Eğer"ler ile "O Zamanlar" arasında gidip gelin ve ikisini bir duyguda toplamaya çalışın. "O zamanlar"a ilişkin güzel duyguların "Ya Eğer"lerin sonuçlarına aktarılmasını sağlayacak uyumlu titreşimler yaratın. Böylece mutlu ve keyifli bir sonuç, yani mutlu ve keyifli bir duygu elde edebilirsiniz.

Hastalığınızın olumsuzluğu üzerinde yoğunlaşarak pozitif enerjiye sahip olamazsınız. Bunu yaparsanız, Yaşam Gücü'nün kesilmesine neden olursunuz. Kanser hiçbir zaman bedenin ölmesinin nedeni değildir. Ölümüne neden olan şey, olumsuz titreşimler yüzünden, korku, öfke, suçlama ya da suçluluk duygusu nedeniyle Yaşam Gücü'nün kesilmesidir.

Bu oyunu oynadığınızda, bedensel değişiminizi sağlayacak duygulara sahip olabileceksiniz. Bunu yaptığınız an, yani kendisi eskisi gibi ya da olmak istediğiniz gibi sağlıklı hissettiğinizde, bunu varlığınızın derinliklerinde hissedebildiğinizde, bambaşka bir insan olacaksınız.

Eğer ağrılarınız varsa, bir süre bu ağrıların hafiflemesini bekleyin ve sonra "Hadi Numara yapalım" oyununu oynayın. Bunu olabildiğince sık yapın. Henüz olmamış şeyler üzerinde yoğunlaşmayın. Bazı şeyleri evrene bırakın.

Görüntüyü Değiştirmek

Geçenlerde yaptığım bir konuşmada bana şişman olduğu açık seçik belli olan birinin kendini nasıl "zayıf" hissedebileceğini sordular. Bu da bir başka "Hadi Numara Yapalım" senaryosu idi. Kendinizi şişman hissederken zayıflığı düşünmeyeceğinizi biliyordunuz.

Arka taraflarda oturan bir kadın el kaldırıp heyecanla konuşmaya başladı. Bu kadın da bir zamanlar kilo vermek istemişti. Bunun için diyetler yapmıştı; kilo vermiş ve tekrar almıştı. Sonunda gözünde canlandırma yöntemini denemişti, bu iyi bir fikir gibi geliyordu kulağa. Ancak hayalgücünü duygularıyla destekleyene dek pek fazla mesafe katedememişti. Sonunda her şey birer birer gerçekleşmeye başlamıştı.

Önce aklına spor salonuna gitmek gelmişti. Bu iyi bir başlangıçtı, ama kendini şişman hissederken spor salonuna gitmeyi canının istemediğini şaşkınlıkla fark etmişti. Üstelik kilosunu üzerinde yoğunlaştığı sürece, yaptığı diyetler de fayda etmiyordu.

Sonunda yeniden gözünde canlandırma ve oyunlar oynama yöntemine başvurmuştu. Önceleri kendini istediği kiloda hissetmeye zorlamıştı. Bu işe yaramıştı. Zayıfımış gibi yapmayı, kendini zayıf hissetmeyi sürdürdükçe, şişmanlığı üzerinde durmaktan vazgeçince, diyetlerini daha kolaylıkla uygulamış, spor salonuna daha hevesli gitmişti. Daha önce kaç kiloydu bilmiyorum, ama kendisini tanıdığımda bu genç kadın ideal kilodaydı.

Bu, sadece zayıf ya da iyi olmayı "istemek" değil. Sadece istemeniz ve olmasını beklemeniz bir şey ifade etmez. Yoğunlaşmanız, hissetmeniz, yoğunlaşmanız, hissetmeniz, yoğunlaşmanız, hissetmeniz gerekir. Bedeniniz ona sunduğunuz imgeye ve buna eşlik eden duyguya mutlaka tepki verecektir.

Bedeninizde bir değişiklik yaratmanın, bir şeyleri tersine çevirmenin yolu, istemediğiniz şeyler üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmek, istediğiniz şeyi hissetmenin yolunu bulmaktır.

O zaman evrenin yasaları devreye girecek ve gözünüzde canlandırdığınız, hissettiğiniz şeyin gerçek olmasını sağlayacaktır.

Yanlış Olan Bir Şey

Hiçbir Zaman Doğru Değildir

Eğer doktorların işe yaradığına inanıyorsanız, doktora gitmemeniz anlamsızdır. Bedeninin sağlığını ve şeklini büyük ölçüde değiştirmiş biri olarak ben, zihnimin neye izin verip neye izin vermeyeceğini biliyorum ve doktorumu da dışımı de düzenli olarak ziyaret etmeye devam ediyorum.

Ama bir an düşünün. Doktorlar neden doktor oluşlardır? Sizi tedavi etmek için değil mi? Elbette, amaçları budur. Sizde ki sorunu bulur bulmaz bunu yaparlar.

Onların işi, varlık nedeni sizdeki "yanlışları" bulmaktır. Evet, size yardımcı olmak isterler, ama zaten sizde bir sorun, yanlış bir şey yoksa, nasıl yardım edebilirler ki? Onların aradığı şey, sizin de onlardan bulmalarını beklediğiniz şey, "yanlışlar ve sorunlar" olduğu için, sürekli yanlışları ve sorunları çekerler.

Doktora gittiğimizde ya bir hastalığa yakalanmak üzere olduğumuzu ya da bir ayağımızın çukurda olduğunu öğrendiğimizi fark etmediniz mi? Ya kanser olma tehlikemiz vardır ya da kurtulma umudumuz yoktur. Sakın tıbbı karşı olduğumu düşünmeyin, doktorların bizim hayatımızda ne kadar önemli olduğunu elbette biliyorum. Ama doktora gitmemiz demek mutlaka kurtulmak istediğimiz şeyleri üzerimize çekmemiz ve onları korku nedeniyle negatife dönüşmüş enerjiye ziyaret etmemiz demek değildir.

Eğer size bir hastalığın eşiğinde olduğunuz söylenmişse ve bu sizi çok korkutuyorsa, durun ve yaratmakta olduğunuz şeye bir bakın. Korktuğunuz için enerjinizi negatife döndürdünüz, olumsuzlukları çekmeye ve doktorunuz öngördüğü şeye doğru son sürat ilerlemeye başladınız. Bu gezegendeki her doktor, bir

ÇEKİM YASASI SECRET

hastalığın, teşhis konduktan sonra daha hızlı ilerlediğini bilir. Sakın unutmayın!

Elbette doktorunuza gidin, ama tepkilerinize, korkularınıza, inançlarınıza dikkat edin; yani enerjinize dikkat edin. Böylece hastalığa yakalanmaktan ya da hastalığınızın ilerlemesinden kurtulmuş olursunuz. Doktorunuz da amacını ve görevini yerine getirmiş olur.

Ölüm Bir Şaka

Dünyayı yaratan, bizim de bağlı olduğumuz saf pozitif enerjiden söz ettik. Bedenimiz de yaşamın o temel gücünün bir uzantısı olduğuna göre, neden ölüyoruz?

Diyeelim ki siz bir aktörsünüz. Sahneye çıkıyorsunuz, kostümünüzü giyiyorsunuz ve oyundaki bir karakter olmanın deneyimini ve keyfini yaşıyorsunuz. Oyun bittikten sonra, kostümü çıkarıyorsunuz, karakteri bir kenara bırakıyorsunuz ve siz yine siz oluyorsunuz.

Aynı şey İç Benliğiniz için de geçerli. O da sizin bedeninizdeki öğrenme ve eğlenme deneyimini yaşıyor. Bundan yorulduğunda başka bir şey yapması gerekiyor, ama mum gibi sönmüyor. Bunu yapamaz. Beden saf enerjiden oluşuyor ve enerjiyi üfleyerek söndürmek mümkün değil.

Evet, enerji bastırılmaz, ama olumsuz titreşimlerimiz fiziksel hücrelerimize zarar verebilir. Bedenimize ilişkin istemediğimiz bir koşul üzerinde korkuyla yoğunlaşırsak, büyük yaşam enerjisiyle bağlantımız zayıflayıp kaybolabilir ve bu enerjiden yoksun kalan hücreler ölmeye başlayabilir. Bu durumda bedenin hayatta kalması mümkün olmaz. Ancak sadece beden ölür, sizi oluşturan yaşam gücü ölmez.

Sürekli yaşam gücüyle desteklenmesi gereken hücreler, boğulma ve bunalma anında, bedene yayılan olumsuz titreşimlere farklı tepkiler verirler. Bu önemli enerjinin yokluğu nedeniyle kendileri de zarar gördüğünden, hastalığa meydan vermekten

LYNN GRABHORN

başka seçenekleri kalmaz. Eğer yaşam gücünün yokluğu devam ederse, hücreler artık kendilerini yenileyemezler. Bu noktada fiziksel varlıklarına son verirler ve gelmiş oldukları saf pozitif enerjiye geri dönüşüm yaparlar. Siz de öyle.

Biz buna ölüm diyoruz; ancak varlığı sona eren şey sadece fiziksel formunuzdur; siz değilsiniz.

Bilim adamları, bedenin şu andakinden çok daha uzun bir süre, yüzyıllar boyu yaşayabileceğini biliyorlar. Ancak bizim dikkate almadığımız bu inanılmaz enstrümanlar yakıtları olmadan çalışmaya devam edemezler. Bu nedenle, bir insan artık onların yaşamı konusunda heyecan duymuyorsa, enerji akışı durmuşsa, sonuç ölüm dediğimiz şeydir. Ancak sadece beden ölür, siz ölmezsiniz.

Sizi öldüren şey sigaralardan çıkan pis duman değildir; yaşamın yaşam kanalından akmamasıdır. Sizi kalp krizi de öldürmez, bu krize neden olan yaşam eksikliği öldürür. Eğer yaşam gücünün içinde, özgürce, sınırsızca, düzenli olarak akmasına izin vererseniz, isterseniz kahvaltıda siyanür için, hiçkırık bile tutmaz sizi.

Hayattaki en büyük korkumuzun ölüm olması, en olumsuz titreşimlerin bu korkudan kaynaklanması ilginç değil mi? Oysa enerji ölmez. Bu yüzden ölüm korkusu zaman kaybından başka bir şey değildir.

Bize hep ölümden korkmamız öğretildiği için, nasıl yaşamamız gerektiğini unutuyoruz.

Kostüm değiştirmeye karar versek bile, sadece fiziksel olmaktan vazgeçiyoruz ve bedenimizden ayrılıyoruz. "Siz" var olmaya hep devam ediyorsunuz.

Ölüm denen şey, bir frekanstan başka bir frekansa geçmekten başka bir şey değil. Var olmaktan vazgeçemezsiniz. Siz, saf pozitif enerjiden oluşuyorsunuz ve enerjiyi öldüremezsiniz.

Bu korkudan kurtulmak o kadar kolay değil, çünkü diğer bütün istenmeyenlerimizi isteklere dönüştürsek bile bu korku var olmaya devam ediyor.

ÇEKİM YASASI SECRET

Korkmaktan vazgeçmenin en iyi yolu, insanoğlunun yaratmış olduğu inanışlardan kurtulmak ve esas varlığımızın frekanslarını yükseltmek için gerekli olan şeyler üzerinde yoğunlaşmak. Böylece varlığımızın amacına ulaşmış oluruz.

Her Şey Ortak Yaratımdan İbaret

Yıllar önce, en yakın arkadaşlarımdan birinin annesi tuhaf bir araba kazasında öldü. Kocasıyla birlikte yollarının üzerindeki altgeçide doğru ilerlerken, haylaz bir çocuk yukarıdan bir kaya parçası fırlatmış. Doğru yolcu koltuğu tarafındaki camdan içeri giren kaya parçası, Bayan T.'yi anında öldürmüştü.

Talihsiz bir tesadüf gibi görünüyor değil mi? Kötü kader. Aslında ikisi de değil. Bu bir ortak yaratım.

Birincisi, Bayan T. ya da kocası yol göstericilerine daha sadık olsalardı, başka bir yoldan gidebilir, yola daha geç çıkabilir ya da bu yolculuktan tamamen vazgeçebilirlerdi.

İkincisi ve daha önemlisi, bu o anda, birden olmuş bir şey değildi. Her kaza, hastalık ya da felaket gibi, uzun süre titreşimsel olarak pışmesi gerekmişti. Bayan T. uzun yıllardır negatif enerjiyle yaşıyordu; tatlı gülüp sohbet ediyordu, ama bir yandan da hayata bir sürü yönden öfke duyuyordu. O da pozitif enerji akışına direnç gösteren kurbanlardan biriydi. Tıpkı ölüme neden olan genç gibi.

Burada devreye "Önce kim?" meselesi giriyor. Olaydan kimin titreşimleri sorumluydu? Bayan T.'nin mi yoksa çocuğun karamsarlığı mıydı buna neden olan?

Bunun bir ortak yaratım olmasına karşın, Bayan T.'nin sonunu hazırlayan, kendi titreşimleriydi. Onun olumsuz titreşimleri hep olumsuzlukları çekiyordu. Bunun da hayatı açısından yıkıcı bir etkisi oluyordu. Çocuk da hayata karşı öfke doluydu ve bu duyguları, dolayısıyla manyetik çekimi çok güçlüydü. Aynı yıkıcı etkileri o da yaşıyordu.

LYNN GRABHORN

Sonunda ikisinin olumsuz titreşimleri birleşti. Zaten bu olmasaydı da, her ikisinin de olumsuz titreşimleri başka olumsuz titreşimlerle karşılaşacaktı. Bayan T.'yi kaya değil de başka bir şey öldürecekti.

Bayan T. ve çocuk, ortak yaratıma bir örnek teşkil etmişlerdi. İkisi birbirinin kaderini çekmişti.

Biriyle ya da bir şeyle frekansız tuttuğunda çekim başlar. Hangisi (olay, kişi ya da koşul) önce devreye girer? Yoğunluğu en güçlü olan. Çekmeye birleşmeye, çekmeye birleşmeye, çekmeye birleşmeye devam edersiniz. Sonunda bu oyundan yorulursunuz ve sonunuz Bayan T. gibi olur. Ya da frekansını değiştirirsiniz.

Bir kaza iki ya da daha fazla kişinin başına geliyorsa, bunda olumsuz çekimin birleşmesinin etkisi vardır. Eğer kazada kendi olumsuz hislerini geliştiremeyecek kadar küçük çocuklar varsa, bu çocuklar titreşimlerini çevreden almışlardır. Söz konusu olan bir uçak kazasıysa, uçaktakiler kendilerini bu olayın içine çekmişlerdir.

Hayatta hiçbir şey kazara olmaz. Piyangolar, aşklar, hastalıklar, felaketler, hiçbir şey tesadüf değildir. Bunların hepsi duygularımızın ve titreşimlerimizin yarattığı elektromanyetik güç tarafından bize doğru çekilmektedir. Dünyada hiçbir şey, titreşimlerimiz davetiye çıkarmadığı sürece başımıza gelmez.

Yaşadığımız her şeye neden olan şey duygularımız, enerjimiz ve direncimizdir. Eğer olumsuz şeyleri çekiyorsak, bunun nedeni olumsuz titreşmemizdir.

İyiliğimiz Bize Bağlı

Hastalanmak, kaza geçirmek, yaşlanmak, hatta ölmek zorunda değiliz. İyiliğimiz bizim elimizde. Ancak olumsuz hislerimiz yüzünden hücrelerimizi yaşam kaynaklarından yoksun bırakırsak, iyi olmamız mümkün değil.

Bu nedenle, kendinizi nasıl ifade ettiğinize bakmak isteyebilirsiniz. Eğer siz “İyi olmak istiyorum” diyorsanız, ancak baskın titreşimleriniz “İmdat, hasta olmak istemiyorum!” diye bağıırıyorsa, neyi çekersiniz?

Eğer hastaysanız ve “Tanrı’nın yardımıyla bunu yeneceğim, bu savaşı kazanacağım” diyorsanız, bu savunmacılık durumunda neyin üzerinde yoğunlaşırsınız?

Kaç kişinin sizi sevdiği, yoksullara ne kadar yardım ettiğiniz, işinizi ne kadar iyi yaptığınız, ne kadar mutlu ve keyifli bir insan olduğunuz önemli değil. Eğer olumsuz titreşimleriniz varsa, bunlar konuşmalarınızda olsa bile, olumsuz şeyler çekersiniz.

Kitle bilincinin olumsuz titreşimleri, çevrenizdeki negatif enerji de sizi fırtınaya yakalanan bir gemi gibi savurabilir. Oysa bu böyle olmak zorunda değil. Siz, kitle bilincinin ya da bir başka insanın –doktorunuzun, sevgilinizin, ailenizin, arkadaşlarınızın- negatif enerjisinin kurbanı olmak zorunda değilsiniz.

İsteklerinizi her gün ifade edin; bedeniniz, sağlığını, görünümünüz ve yaşamınız hakkında yeni senaryolar yazın. Numara yapın. Böylece enerjinizi ve titreşimlerinizi olumluya çevirin. Bedeniniz buna tepki verecektir ve başınıza yeni kazalar gelmeyecektir.

Hastalık, ağrı ya da fazla kilolar üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmeniz kolay olmayacak elbette. Ancak kendi kendinizi telkin edebilirsiniz. Kendinizle her konuşmanızda enerjinizi biraz daha pozitif hale getirebilirsiniz.

Bunu yapabileceğinizden emin olun. Her şeye daha fazla gülün, daha iyimser olun. İstedığınız gibi bir bedene kavuşmak için yapmanız gereken tek bir şey var: mutlu olmanın yollarını bulmak zorundasınız. Her şeyden vazgeçip sadece mutlu olmak üzerinde yoğunlaşmalısınız. Böylece çok daha sağlıklı ve “iyi” olabilirsiniz.

ONBİRİNCİ BÖLÜM

İYİ OLMA MESELESİ

İç benliğimiz, saf, katıksız bir coşku adını verdiğimiz bir frekansta titreşir. Bu durumda kendimizi çok mutlu hissederiz. Mutluluk ve iyilik neredeyse eşanlamlı olduğundan, kendimizi koşulsuzca iyi hissediyorsanız, fizik yasasına göre mutlu da hissedersiniz.

Olumlu titreştiğimizde ve kendimizi iyi hissettiğimizde, İstenmeyenlerin hayal kırıklıkları değil de İstenenlerin keyfi üzerinde yoğunlaştığımızda, pozitif enerjiye sahip olduğumuzda, artık bu dünyada hiçbir şey bize zarar veremez. Hiçbir şey! İşte, evde, yolda, bedende hiçbir şey. Biz sürekli pozitif enerji yayarken, kendimizi iyi hissederken, olumsuz titreşimlerden uzak yaşarken, başımıza kötü hiçbir şey gelemmez.

Bu durumda benliğimiz keyif, güç, güven, eğlence ve güvenlik içinde yaşamaktadır; çünkü sonsuz iyilik budur. Varlığımızın da amacı budur: Kendini iyi hissetmek. Yapmamız gereken tek şey, kendimize bir şans vermektir.

ÇEKİM YASASI SECRET

Burada "güzel yaşam"dan söz ediyoruz. Yüksek frekanslı enerjiye sahip olursak, korku odaklı yaşamaktan vazgeçip mutluluk odaklı yaşamaya başlarsak, endişe, üzüntü, acı, kuşku, suçluluk gibi olumsuz hislerden kurtulursak, kendimizi iyi hissetmek gibi olumsuz hislerin bize fiziksel olarak zarar veremeyeceği bir yaşam süreriz. Doğru söylüyorum! Hiçbir şey bize zarar veremez! Soyguncular, eski arabamız, yoldaki sarhoş sürücü, hatta Tabiat Anne, hiçbir şeyin bize zararı dokunamaz!

Deprem mi? Evet, eviniz zarar görebilir, ama siz güvende olursunuz. Eğer değilseniz, enerjinizi kontrol edin (iyileştirdiğinizde). Evinizin, arabanızın, işinizin gördüğü zararın derecesine bakarak, enerji kaynağınız ile bağlantılı dereceniz konusunda karar verebilirsiniz. Evinizi mi soydular? Ağır bir hastalık mı geçirdiniz? Demek ki sürekli negatif enerji yayıyorsunuz!

Negatif enerji yaymanız asla sizin kötü, katı, acımasız bir insan olduğunuz anlamına gelmez. Bir hortumda ya da bombalı saldırıda ölen insanlar, soğuk ve kötü insanlar oldukları için ölmezler. Hayatlarının böyle acı bir şekilde sona ermesine ya da zarar görmesine neden olan şey, bilinçsiz bir şekilde, kitle bilincinin bütün olumsuz titreşimlerini benimsemeleridir.

Ama pozitif enerji yaydığımızda ve titreşimlerimiz olumlu olduğunda, öyle bir ruhsal duruma geçeriz ki üzülmeye alışkanlığımızdan bile vazgeçeriz ve böylece bizi üzecek şeyleri kendimize çekmekten kurtuluruz.

Pozitif enerji yayarken, hayatta ne olursa olsun keyifli olmaya ve kendinizi iyi hissetmeye karar verdiğinizde, başınıza kötü bir şey gelmesi mümkün değildir. Bu yüksek frekanstayken size "kötü" bir şey olması, titreşimsel olarak olanaksızdır.

Küçük şeyler olabilir elbette, ama bunlar da çok geçmeden yoluna girecektir.

Örneğin, sincaplar başkalarının bahçesine zarar verir, sizin kine değil.

Evinizi karıncalar sarabilir, ama çok geçmeden çekip giderler.

LYNN GRABHORN

Fırtınada komşunuzun bahçesinde ağaçlar yıkılabilir, ancak sizinkiler ayakta kalır.

Sokak köpekleri komşunuzun bahçesine girebilir, ama sizin kine girmez.

Arkadaşlarınız tipide yolda kalabilir, ama siz sağ salim eve varırsınız.

Civardaki bir sürü eve hırsız girebilir, ama sizin evinize girmezler.

Issız bir yolda benzininiz biterse, birileri imdadınıza yetişir.

Herkes gribe yakalanırken siz sapaşğlam kalırsınız.

Bütün bunlar Kendini İyi Hissetme enerjisinin sonucudur. Bu yüksek frekans, sizin iyiliğinizi garanti eder.

Kötü Şeyler

Ne zaman enerji akışı konusunda bir gruba konuşma yaparsam, dünyadaki ilişkiler ve olup bitenler konusunda bir sürü soru çıkıyor ortaya. "Neden bu kadar çok insan açlıktan ölüyor?", ya "Hitler'e ne demeli?", "Kızıldeviler ne olacak peki?" vb. vb.

Bu konuların üzerinde uzun uzun durmak istemiyorum, çünkü hepsi hakkında yeterince konuştuk.

Ancak bazı şeyleri tekrarlamakta yarar var. Başımıza gelen her şeyi biz belirliyoruz. Kendimizi birey ya da grup olarak iyi (ya mutlu, memnun, coşkulu) hissettiğimizde, güzel deneyimleri davet ediyoruz. Kendimizi birey ya da grup olarak kötü (acılı, öfkeli, suçlu) hissettiğimizde, kötü deneyimleri davet ederiz. Hepimiz için bu durum geçerlidir.

Tecavüz

Bir insan korkuyla istemediklerini düşünüyor. Başka bir yerde, bir başka insan aynı negatif frekansta titreşiyor, ancak ağır-

ÇEKİM YASASI SECRET

lıklılık duygusu düşmanlık değil, korku. İkinci kişi düşündüğü şeyin hırsını bastıracağına ve boşluğunu dolduracağına inanıyor. Biri korkuyla, diğer iç öfkesiyle titreşiyor. Birbirine uyumlu frekanslarıyla, çirkin bir olayın ortak yaratıcıları oluyorlar.

Eğer dikkatinizi istemediğiniz şeyler üzerinde yoğunlaşmazsanız, bunlar deneyimlerinizin bir parçası haline gelemezler, çünkü titreşimlerinize dahil olmazlar. Eğer sürekli kurban olmak üzerinde yoğunlaşırsanız, tecavüzcüyü, katili, soyguncuyu üzerinize çekersiniz. Sizin olumsuz titreşimleriniz, saldırganın frekansı ile uyumlu hale gelir. Her hissiniz, yaşam deneyimlerinizi yaratır.

Önyargı

Bildiğiniz gibi, önyargı çok farklı alanlarda olabilir: Irk, din, renk, cinsiyet, kilo, eğitim vb. Aleyhinde önyargılı olunan kişi ortak yaratımda büyük bir güce sahip olur, güçlü olumsuz titreşimler yayar; çünkü haksızlığa uğradığını, sevilmediğini, kurban edildiğini düşünmektedir.

Herhangi grubun şikayetlerinin doğruluğunu ya da yanlışlığını tartışmıyorum. Burada önemli olan, ısrarla haksızlıklar üzerinde durmanın benzer haksızlıkları çekecek olmasıdır. Her şeyi yaratan, duygulardır.

Küçük Çocuklar

Tecavüze uğrayan, sakat doğan, Afrika'da açlıktan ölen ya da savaşlarda öldürülen çocuklara ne demeli peki?

Ne yazık ki onlar da daha doğmadan önce anne babalarının olumsuz titreşimlerinden etkileniyorlar. Belirli bir yaşa gelinceye ve hayatlarında mutsuz deneyimler yaşamak istemediklerine karar verinceye kadar da bu titreşimlerin etkisinde kalıyorlar. Çocuklar bir anlamda kurban oluyorlar.

Dünyanın öbür ucunda açlıktan ölen bir çocuk ya da evde henüz laftan anlamayan bir çocuğa nasıl yardımcı olabiliriz-

LYNN GRABHORN

niz? Onları duygusal ya da fiziksel olarak kucaklayabilir, örneğin "Her şey yolunda, geçecek, seni seviyorum" diyerek onlara yatıştırıcı titreşimlerinizi gönderebilirsiniz. Bunu yaparken hiç kimseyi ya da grubu suçlamamaya özen gösterin; çünkü bu negatif enerjiyi artıracaktır.

Çocukken yaşanan olumsuzlukların yetişkinliğinizde de tekrarlanmasını istemiyorsanız, nefrete ve güvensizliğe dayalı düşünce kalıplarınızdan kurtulun. Unutmayın, neyin üzerinde yoğunlaşırsak onu elde ederiz. Kötü bir geçmiş üzerinde yoğunlaşırsak, bu geçmişin etkileri bugüne ve geleceğe de yansır.

Gençler

İntiharlar, trafik kazaları, hamilelikler, uyuşturucular, silahlar. Gençler, negatif enerjinin etkisinde büyürse, korkuyla yaşamaya alışırlar. Kontrolün kendilerinde olmadığını hissederek; pozitif yaşam enerjisiyle yeniden bağlantı kurmak için yollar ararken olumsuz isteklerle yaşarlar. İlaçlar, seks ve diğer tabularla hissettikleri boşluğu doldurmaya çalışırlar. Enerji kaynaklarına yeniden bağlanmayı bir türlü başaramazlar.

Bugün ne yazık ki giderek artan genç yaşta ölümler tesadüf değil. Bunların ardında gizli kalmış korkular, baskılar, endişeler saklı.

Ekonomi

Kötü dönemlerde, gittiğiniz her yerde insanlar bundan söz ederler. Her şey kötü, kötü, kötüdür. İyi dönemlerde bile sanki bir şeye saldırmak zorunda kalırız. Fiyatlar çok yüksektir, şirketler açgözlüdür, işler fazla uzmanlık gerektirmektedir, hükümet son derece kötü bir yönetim sergilemektedir vb.

Bütün bunların yarattığı olumsuz titreşimler giderek artar, güçlenir ve tehlikeli hale gelir.

Eğer mutlu olmak için ekonominin, hükümetin ya da herhangi bir şeyin değişmesini bekliyorsanız, daha çok uzun süre

ÇEKİM YASASI SECRET

beklemek zorunda kalabilirsiniz. Koşullar ne olursa olsun, sizin pozitif enerjiye sahip olmak için elinizden geleni yapmanız gerekir.

Eğer olumsuz konuşmaların ortasında kalırsanız, ya sözü siz alıp konuyu değiştirin ya da oradan uzaklaşın. Sonra, kendinize kaldığınızda ve gerçekten bir fark yaratmak istediğinizde, hükümete ya da örneğin sanayi devlerine istediğiniz şekilde kendini iyi hissetme enerjisi aktarın.

Kendimizi bilinç akışından ayrı tutmamız mümkün değildir. "Bu olanlar benim suçum değil" diyemeyiz. Elbette "bizim" hatasıdır. Hepimizin, her birimizin hatasıdır. Biz de o bilinç akışının bir parçasıyız ve enerjimiz bütünü etkiliyor. Biz bütünden ayrı değiliz. Düşündüğümüz ve hissettiğimiz her şeyin kitle iletişimin titreşimleri üzerinde etkisi var.

Bu nedenle her şeyi olmasını istediğiniz gibi görün ve hissedin. Birkaçımız bunu yaptığımızda, istediğimiz sonuçları elde etmemiz işten bile olmaz.

Küresel Çelişkiler, Çete Savaşları

Nefretini ya da öfkesini ifade eden bir grup görürseniz, bu grubu oluşturan kişilerin kendini iyi hissetme enerjisinden yoksun olduklarından ve iç benlikleriyle uyumlarını tamamen yitirdiklerinden emin olabilirsiniz. Acı ve öfke içinde yaşamak, tamamen olumsuz hislerin etkisine girmek ve pozitif enerjiyi kaybetmek anlamına gelir.

Oysa pozitif enerjiye sahip olduğunda, dirlik ve düzeni sağlamak için hiçbir kurala ya da yasaya gerek kalmaz.

Ahlaki Değerler

Kürtaj, yunus katliamı, yağmur ormanları, ozon tabakası, hayvan hakları, soyu tükenen canlılar vb. Eğer bunların üzerinde yoğunlaşırsanız, sadece korku duyarsanız, hemen alarma geçerseniz, başka insanlarla "aman ne kötü değil mi?" sendro-

LYNN GRABHORN

munu paylaşırsanız, sorunların daha da büyümesinden başka bir işe yaramazsınız.

Eğer bir şeyi değiştirmek istiyorsanız, bu konu hakkındaki düşünce şeklinizi değiştirmeniz gerekir. Her şeyin bu kadar kontrolden çıkmasının nedeni, medyanın sürekli olumsuz koşullar üzerinde yoğunlaşmasıdır.

"Ah tanrım!", "Ah tanrım, hayır!", "Buna inanamıyorum!", "Ne korkunç!", "Ne yapacağız!" ... Bu tür cümleleri ne kadar sarf edersek, sorun o kadar büyür.

Bir şeye karşı olmak, bunun düzelmesini sağlamaz. Aksine, her şeyi daha da kötüleştirir. Çünkü titreşimlerinizi etkiler ve daha fazla olumsuz titreşim yaymanıza, dolayısıyla daha fazla olumsuzluğu üzerinize çekmenize yol açar.

Bir şeyin mutlaka değişmesi gerektiğini düşünüyorsanız, düşünme biçiminizi değiştirin. İstediklerinizi şeyi görün ve hissedin. Bundan istediğiniz şekilde söz edin, istediğiniz şekilde yazın, oynayın ve yıkıcı enerjinizi yapıcı enerjiye dönüştürün. Pozitif enerjiye sahip olmanın yollarını arayın. Başka bir deyişle, istenmeyenlerden vazgeçip istekleriniz üzerinde yoğunlaşın. Bunu yaptığınız anda, hayatınızda büyük bir değişimi başlatmış olacaksınız.

Kitle Katliamları

Soykırımlar, katliamlar, eylemler... En eski zamanlardan beri insanlar insanları katliyor. Bu hiç bitmeyecek mi? Biz içgüdüsel zulüm duygularımızdan vazgeçmedikçe hayır.

Eğer bu olaylara bir son vermek istiyorsak, bunlar üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmeli, nefret yerine iyilik üzerinde yoğunlaşmalıyız. Ancak bu şekilde gezegenimizde yaşanan vahşete dur diyebiliriz. Neyin üzerinde yoğunlaşırsak, onu elde ederiz.

Çekim Yasası'nda, bir birey için geçerli olan, grup için de geçerlidir. Kültür, dil, din fark etmez. Olumsuz yoğunlaşma

ÇEKİM YASASI SECRET

hem kendi üzerimize hem de gezegenimize olumsuz olayları çeker. Benzerler benzerleri çeker; biz de karar verdiklerimizi değil, titreştiklerimizi çekeriz.

Aynamız, Yerküre

Sorun iyiye karşı kötü meselesi değil. Önemli olan negatif enerjiye karşı pozitif enerji, mutsuzluğa karşı mutluluk.

Dünyadaki en pinti, en ağgözlü insanlar kendini gerçekten iyi hissetmek isteyen kişiler, ancak bunu nasıl yapacaklarını bilmiyorlar. İçinde yaşadıkları cehennemden nasıl çıkacaklarını bilmiyorlar, hatta böyle bir seçeneklerinin olduğunu farkında bile değiller. Kesin olan bir şey var; bizim onlara karşı nefretimiz –ne yapmış olurlarsa olsunlar- herkes için durumu daha da kötüleştirmekten başka bir işe yaramayacaktır.

Peki dünyada bu kadar tatsız olay yaşanırken, biz mutlu yaşamayı nasıl başaracağız? Haksızlıkların sürmesine nasıl izin vereceğiz? Bu kadar acı yaşanırken kendimizi nasıl iyi hissedeceğiz? Sanki hiçbir şey umurumuzda değilmiş gibi nasıl olup biten her şeye sırt çevireceğiz?

Hepimiz, ister iyi adam ister kötü adam rolünü oynayalım, alacağımız dersler için gerekli olan deneyimleri yaşamak için buradayız. Bu tür bir haksızlık, her zaman, her iki taraf için bir derstir.

Bir koşul üzerindeki olumsuz yoğunlaşma başka koşulların da kötü gitmesine neden olur.

İnsanlar açlıktan öldüğü için kendinizi çok kötü hissedebilirsiniz; bu durumda negatif enerjiye sahip olmanız sonucunda da trafik kazası geçirebilirsiniz.

Atom denemeleri kendinizi kötü hissettirebilir, bunun sonucunda negatife dönüşen enerjiniz nedeniyle gribe yakalanabilirsiniz.

Bunun yerine açlık çeken insanların sağlıklı ve mutlu olduklarını hayal edip gözünüzde bunu canlandırırırsanız, enerji-

LYNN GRABHORN

niz pozitif dönüşür. Bu da örneğin istediğiniz işi bulmanızı sağlayabilir.

Gezegeneimizin atom denemelerinden arındığını düşünür ve bunun üzerinde yoğunlaşırsanız, işleriniz daha yolunda gidebilir.

İki ülke arasındaki savaşın sona erdiğini düşünür ve bunun üzerinde yoğunlaşırsanız, evliliğinizdeki sorunların üstesinden gelebilirsiniz.

İnsanlar genellikle doğrular değil de yanlışlar üzerinde konuşmayı tercih ederler; bu adeta modadır. Bu nedenle olumsuz titreşimlerin etkisinde kalmamız, olumlu titreşimlerin etkisinde kalmamızdan daha kolaydır. Bu da ne yazık ki dünyada yaşanan tatsız olayların sayısını artırmaktadır.

Dünyada olup biten olaylardan hepimiz sorumluyuz. Dünya, bizim titreşimlerimizi yansıtan bir ayna gibidir. Yaşanan kötü olaylar her zaman başkalarının kötülüklerinin, yanlışlarının ya da ihmalkarlıklarının sonucu değildir. Gezegeneimizin ve diğer insanların başına gelen olayların tek nedeni, düşüncelerimizden ve duygularımızdan kaynaklanan titreşimlerdir. Bu titreşimler herkese aittir.

Bu nedenle, "Ne kötü, değil mi?" demekten vazgeçip, "Hiçbir şey benim kendimi iyi hissetmemden daha önemli değil" demeye başlarsak, olumsuz ve yıkıcı konuşma kalıplarından kurtulabiliriz. O zaman dünyada yaşanan olaylarda gerçek bir fark yaratabiliriz.

Dünyayı bereketli bir yer olarak hayal edin. Dünya üzerinde yaşayan insanların mutlu olduklarını görün ve hissedin. O zaman bunların gerçek olmasını sağlıyorsunuz.

Dünyanın huzurlu bir yer olduğunu düşünür ve hissederseniz, huzurlu bir dünyaya kavuşursunuz.

Bu gezegene ilişkin küresel isteklerimizin gerçek olmasını engelleyen tek şey, kitle gücünün yarattığı olumsuz titreşimlerdir. Eğer bireyler olarak olumlu titreşimler yayabilirsek, kitle

gücünün titreşimleri de olumlu olacak ve dünya üzerinde yaşanan kötü olaylar ortadan kalkacaktır.

Her Yerde: Siz

Aslında dünyanın büyük bölümü iyi durumda. İş arkadaşlarınıza, komşularınıza, okul arkadaşlarınıza, kulüp arkadaşlarınıza bir bakın. Çoğu son zamanlarda sokaklarda gasp edilmedi. Hepsinin gayet güzel evleri ve işleri var. Çoğu son derece sağlıklı ve mutlu.

Ama biz yine de hep olumsuz koşullar üzerinde duruyoruz:

- Dünya ekonomilerinin yüzde X'i çöküyor.
- Dünya nüfusu tehlikeli bir şekilde artıyor.
- Gençlerin yüzde X'i kürtaj oluyor ve intihar ediyor.
- Çocukların yüzde X'i okulda silah kullanıyor.
- Yeni hastalıkların yüzde X'i tedavi edilemiyor.
- "Çok kötü! Felaket!"

İstatistikleri unutun! Bunlar sadece gördüklerimize ve duyduklarımıza aktardığımız korku dolu enerjinin sonucu. Eğer siz de istatistiklerin bir parçası olmak istemiyorsanız, bunları unutun! Kendini İyi Hissetme enerjisine sahip olduğunuz sürece, hiçbir ekonomi, silah, sel, uçak size zarar vermez. Siz titreşimsel davetiye göndermediğiniz sürece, başınıza hiçbir kötülük gelmez.

Mesaj çok açık: Olumsuz enerjiden kurtulun. Açlık çeken çocuklar, soyu tükenen canlılar üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçin. Onların iyi durumda olduklarını hayal edin.

Bunu yaptığınızda, berekete, sağlığa, olağanüstü bir mutluluğa ulaşmanın işten bile olmadığını göreceksiniz.

Boşandıysanız, sevdiğiniz birini kaybettiyse ya da sizi veya çevrenizdekileri ilgilendiren bir trajedi yaşadysanız, elbette kendinizi kötü hissedersiniz. Ancak kısa bir süre için ken-

edinizi kötü hissetmeye karar verin. Sonra kendinize bu kadar yeter deyin. Artık kendinizi iyi hissetmenizi sağlayacak şeyler bulmanın vaktinin geldiğini düşünün.

Enerjinizi değiştirmeye karar verdiğiniz anda, adeta bütün evren bu kararınıza tepki verecektir. Yapmanız gereken tek şey karar vermek ve bunu hayata geçirerek kendinizi iyi hissetmeye başlamaktır.

Bundan sonra, ruhunuzun derinliklerinde her şeyin yolunda olduğunu hissedersiniz. Durum nasıl görünürse görünsün, medya ne kadar bunun zıddı şeyler söylese söylesin, bu gezegen ve üzerinde yaşayan herkes için her şey yolunda gidecektir.

ONİKİNCİ BÖLÜM

KEŞFE OTUZ GÜN KALA

Satın aldığım bir kitapta otuz günlük bir tedavi gördüğümde, hemen o kitabı fırlatıp atıyorum. Otuz günlük planlardan nefret ediyorum. Ama bilinçli yaratımın yasalarını öğrendikten sonra, ben de kendim için otuz günlük bir plan tasarladım.

Doğrusunu söylemem gerekirse, inanılmaz bir otuz gündü bu. Ancak ilk gün tam bir kabustu. İçkiyi ve sigarayı bıraktığımda, sevgililerimden ayrıldığımda bu kadar zorlanmamıştım.

Sonuçlar şaşırtıcı oldu. Öyle olmasaydı devam etmezdim zaten. Stresten ve panikten böyle bir hayat yaşayacağım aklıma gelmezdi. Üzülmeden yaşamayı öğrenmeye başladım. Eskisinden çok farklı yaşıyordum artık.

Bugün bilinçli yaratım programının dört aşamasını her gün uyguluyorum. Ancak eğer otuz günlük giriş programı olmasaydı, sanırım devam etmezdim. Olumsuz hislere karşı güçlü bir bağımlılığım vardı. Bundan nasıl kurtulacağımı da hiç bilmiyordum.

ÇEKİM YASASI SECRET

Bu otuz gün içinde enerji akışımı ve korkularımı nasıl kontrol edeceğimi öğrendim. Evet, hala buzlu yolda araba kullanmaktan korkuyorum ve bunu sadece kendimi iyi hissettiğim zamanlar yapıyorum. Hala topluluk önünde konuşmaya çekiniyorum ve pozitif enerjiye sahip olmadıkça bunu yapmıyorum. Eğer kendimi iyi hissedeceksem kapılarımı kilitliyorum. Ama sürekli korkular yaşamıyorum.

Para mı? Otuz günlük programım sayesinde, paranın da enerji akışına bağlı olarak gelip gittiğini öğrendim. Eğer para gelmiyorsa, endişe ve korku nedeniyle negatif enerjiye sahip olduğumu biliyorum. Eğer para bolluğu yaşıyorsam, enerjimin pozitif dönüşüğünü anlıyorum. Hiç para gelmediğini görünce, bir an önce negatif enerjimi pozitif dönüştürmek için elimden geleni yapıyorum. Kendimi endişe halinden kurtaracak yollar arıyorum. Sonra, enerji akışımla doğru orantılı olarak para geliyor zaten.

Elbette hala olumsuz yoğunlaşmalar yaşıyorum, ama bunlar kısa sürüyor. Sonra hemen bu ruh halinden kurtuluyorum. İsteklerimi, düşlerimi ve iyiliğimi negatif enerjiye kurban etmek istemiyorum.

Eğer isterseniz, siz de bunu yapabilirsiniz. Bu özgürlüğün tadını yaşamadıkça bilemezsiniz.

Burada tam bir kişisel özgürlükten söz ediyorum. Bu özgürlük, sıkıntılardan, monotonluktan, onaylamak ya da kanıtlamak zorunda olmaktan, gereksinim duymaktan, endişeden ve baskıcı zorunluluklardan kurtulmak demek.

Ben, istediğimiz gibi varolma, elde etme, gelişme özgürlüğünden söz ediyorum.

Kendi ütopyanızı yaratmanızdan ve bunu hemen şimdi yapmanızdan söz ediyorum.

Ben otuz gün içinde bunları öğrendim. Birden olmadı tabii, bu adım adım gelişen bir süreç. Bazı günlerin diğerlerinden daha güzel olacağını biliyorum, ama bir yandan da her günün keyfini yaşamaya çalışıyorum. Çünkü bunu yapacak anahtarla-

LYNN GRABHORN

ra sahibim. Bu anahtarları kullanıp kullanmamak benim elimde. Kesin olan bir şey var, artık isteklerime kavuşmadığımda hiçbir bahane uyduramam.

Yine de sizi uyarmalıyım. Otuz günlük programı uygulamaya karar verdiğinizde, bir süre korkularınızla mücadele etmek zorunda kalabilirsiniz. Eski alışkanlıklar zor ölür; korkularınız da bir anda onları böyle dışlamanızdan hoşlanmayacaklardır. Ancak pes etmeyin. Üstesinden geleceksiniz.

İhtiyaç Duyma İhtiyacı

Olumsuz düşünce, hepimiz için "normal" karşıladığımız ve yokluğunun nasıl olduğunu bilmediğimiz bir alışkanlık. Tıpkı uyuşturucuya bağımlı olmak gibi, olumsuz düşünmeye bağımlıyız adeta.

Çekim Yasası ve bilinçli yaratım konusunda konuşma yaptığım bir gün şunu fark ettim. Bir yandan, insanlar ilkeleri büyük bir heyecanla kabul ediyorlardı. Diğer yandan, ihtiyaç duyma ihtiyacından kurtulmaya korkuyorlardı.

Biri şöyle dedi: "Söylediğiniz şeyin heyecan verici olduğunu düşünüyorum. Ama bir şeyi göz ardı ediyorsunuz: Bu toplantılara kişisel gelişimim için geliyorum. Bu insanlara ihtiyacım var, yoksa yine dibe vururum. Altı yıl önce buraya geldiğimde, pozitif enerjiye sahip değildim. Bu insanlar pozitif enerjiye sahip olmamı sağladılar. Şimdi onlardan ayrılmaya korkuyorum. Kendi başıma kalmaktan korkuyorum."

Bu kadın pozitif enerjiye sahip değildi. Bağımlılığı korkuya uzun süre önce ihtiyaca dönüşmüştü. Korku onda sabitlenmişti. Kendini daha iyi hissetmenin yollarını bularak korkularından kurtulmayı denemeye çekiniyordu. Bu konuyu konuşmak bile onu korkutuyordu. Üstelik yalnız değildi. Aynı tepkiyi veren bir sürü insan vardı. "Bana mutluluğun anahtarlarını verin. Ama güvensizliklerimi almayın. O zaman kendimi çıplak ya da savunmasız hissederim."

Çoğumuzda, olumsuz düşünme, bu şekilde bir alışkanlığa dönüşüyor.

Kendimizi canlı hissetmek için duygusal acıya, hatta hafif bir huzursuzluğa gereksinim duymamız, insanoğlunun en büyük bağımlılıklarından biri. Büyük olasılıkla, olumsuz tepkiler vermekten hiç vazgeçmeyeceğiz, çünkü zıtlıklar fiziksel varoluşun bir parçası. O halde fazla olumsuzluk hissetmeden ya da yaymadan zıtlıklarla, sevdiklerimizle ve sevmediklerimizle yaşamayı öğrenmeliyiz.

Başlangıç

Yeni şeyler öğrenmek beni hep heyecanlandırır. Ancak Çekim Yasası'nın dört aşamasını öğrenirken, başlangıçta çok zorlandım. Büyük bir korku duyuyordum. Günde on sekiz saat endişe yaşıyordum; olumsuz yoğunlaşmaların, olumsuz duyguların ve olumsuz titreşimlerin içinde kaybolmuştum. Daha başlamadan pes edebileceğimi düşünüyordum.

Sonunda kendi kendime şöyle dedim: "Pekala, o kadar da zor olmamalı. Beni huzursuz edecek şeyler düşünmekten vazgeçmenin yollarını bulmalıyım. Bu o kadar da zor bir şey değil. Otuz gün içinde bunları düşünmekten vazgeçeceğim ve sonra diğer aşamaları öğreneceğim."

Aslında zor bir işti. Ama büyük bir kararlılık sergiledim ve vazgeçmedim.

Eğer bilinçli yaratıcı olmak istiyorsanız, ilk otuz güne önem vermemenizi ve bu süre içinde fazla dağılmamanızı öneririm. Böylece olumsuz düşünme alışkanlığınıza büyük ölçüde kurtulabilirsiniz. Ben kurtuldum.

Giriş programım iki aşamadan oluşuyordu.

1. Sizde ciddi bir korkuya (endişe, üzüntü, stres vb.) neden olan önemli bir şey üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçin.

Dikkat ederseniz, bütün olumsuz şeyler üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçin demedim. Başlangıçta bunun kolay fark ede-

bileceğiniz ve hissedebileceğiniz bir şey olması önemli. Sizin de mutlaka önemli istenmeyenleriniz vardır.

Eğer banka hesabınızın boşaldığını düşünmek gerilmenize yol açıyorsa, bunu düşünmekten hemen vazgeçin ve İkinci Aşama'ya geçin. Eğer boşandığınızı düşünmek yüreğinizin sıkışmasına neden oluyorsa, olabildiğince çabuk bunu düşünmekten vazgeçin ve İkinci Aşama'ya geçin.

İlk otuz gün içinde ben kendi kendimle konuşmadım ya da yeni senaryolar yazmadım. Bunlar başlangıç için fazla karmaşık şeylerdi. Ancak siz kendinizi telkin etmek ya da yeni bir senaryo yazmak istiyorsanız, bunu yapabilirsiniz.

2. Kendiniz hakkında övebileceğiniz bir şeyler bulun, böylece hemen olumsuz şeyi düşünmekten vazgeçip bunu düşünmeye başlayabilirsiniz.

Kendiniz hakkında övgüye değer bir şeyler bulmanın kendini beğenmişlik olduğunu düşünmeyin. Çoğumuz, hayatta hangi konumda olursak olalım, kendi olumlu özelliklerimizi ve yeteneklerimizi göz ardı eder, hatta bunlar üzerinde durmaktan hoşlanmayız. Bu nedenler otuz gün boyunca her gün övgüye değer bir şey bulmak bize sıkıcı gelebilir. Ancak alıştırmamızı değerli kılan şey de budur. Çünkü her gün yeni bir şey bulmaya çalışmak bizim kafamızı meşgul edecek ve olumsuz şeyler üzerinde daha az yoğunlaşmamızı sağlayacaktır.

Neleri övebilirsiniz? Saçlarınızı, tırnaklarınızı, sesinizi, usta parmaklarınızı, kuş sevginizi, güzel fiziğinizi, liderlik yeteneklerinizi, oyunculuk yeteneğinizi, güçlü ellerinizi, şirketteki pozisyonunuzu ya da satış becerilerinizi...

Otuz gün boyunca kendiniz hakkında övgüye değer bir şey bulabileceğinize inanmıyor olabilirsiniz, ama yine de bunu yapın. Böylece, kafanıza takılan bir şey olduğunda ya da artık alışkanlık haline gelmiş bir üzüntünüz su üstüne çıktığında, hemen konuyu değiştirip kendinizi övmeye başlayabilirsiniz.

ÇEKİM YASASI SECRET

Övgüye değer yönlerinizi ne kadar sık ve yoğunluklu düşünürseniz, olumsuz şeyler üzerinde yoğunlaşmanız o kadar azalır.

İlk On Gün

Programım şöyleydi:

1. Üzülmeme neden olan şeylerin üzerinde durmuyordum.
2. Aklıma böyle bir şey takıldığında, hemen konuyu değiştirip övülmeye değer yönlerimi aklıma getiriyordum.

İlk üç gün boyunca konu değiştirme sürecini uygulamadım ve bu günler çok zor geçti. Bir anda kendimi herhangi bir şey için üzülmeye buluyordum. Para gelmiyor, ama büyük bir hızla gidiyordu. İşlerim yolunda gitmiyordu. Paniğe kapılıyordum. Ne istediğimi belirlemeye çalışıyordum, ama aklıma hep istemediklerim geliyordu.

Sanki bu üzüntü hali üzerimden hiç gitmiyordu. İnsanlara gülümserken ya da telefonda konuşurken bile. Telefonu kapatır kapatmaz, borçlarımı nasıl kapatacağımı düşünmeye başlıyordum. Sonra ne yaptığımı fark ediyordum ve umutsuzca başka bir şey bulmaya çalışıyordum. Bu da işe yaramazsa, iyice umutsuzluğa kapılıyordum.

İlk üç gün boyunca saatler çok yavaş geçti. Her saat başı, yoksunluklarım üzerinde ne kadar yoğunlaştığımı fark edip şırıyordum. Bu alışkanlıktan kurtulmam zordu. Ama anahtarlar bendeydi ve bunu başaracaktım.

Üçüncü günün sonunda, günlerimin yaklaşık %97'sinin endişeyle, üzüntüyle ve korkuyla geçtiğini fark etmiştim. Bu beni ister istemez daha büyük bir sıkıntıya soktu ve öfkelenmeye yol açtı. Bu kadar rutin bir şekilde, farkında olmadan üzüldüğümü bilmiyordum. Kendi kendime konuşmak işe yaramıyordu, o an için yeni bir senaryo yazmam olanaksızdı. O zaman böyle durumlarda konuyu değiştirecek bir şeyler bulmam gerektiğini anladım. Bu tahmin ettiğim kadar zor

LYNN GRABHORN

değildi. Sadece aklıma gelen şey konusunda yoğunluğumu sürdürmem zor oluyordu.

Kendimi övmemin işe yaradığını ve negatif enerjiden pozitif enerjiye geçmemi kolaylaştırdığını görmüştüm. Bazen yürüyüşe çıkıyor, ofis ortamından uzaklaşıyor ve içinden gelerek gülümsemeye çalışıyordum.

Beşinci gün bir şeylerin değişmeye başladığını fark ettim. Yaptıklarım işe yarıyordu. Artık günün çok küçük bir bölümünü yoksunluklarım üzerinde yoğunlaşarak geçiriyordum.

İlk on gün boyunca, başaracağıma inanamadım. Konu değiştirmekte zorlandıkça bunaldığımı hissediyordum. Bazen cesaretim o kadar kırılıyordu ki ağlamak istiyordum.

Altıncı gün artık o kadar bunalmıştım ki hüngür hüngür ağlamaya başladım. Hayal kırıklığı yaşıyordum, öfkeliydim ama nedenini bilmiyordum. Sonunda dışarı çıktım, en sevdiğim ağaçlardan birinin altına oturdum ve konu değiştirip kendini övme tekniğini uyguladım. Yoğunlaşmam kırk beş dakika sürdü, ama sonunda başardım. O günün geri kalanı boyunca da olumsuz duygular yaşamadım.

Bugün böyle bir durumla karşı karşıya kaldığımda, kendi kendime hangi istenmeyen üzerinde yoğunlaştığımı ve beni neyin rahatsız ettiğini soruyorum. Cevabı bulur bulmaz da bunu yüksek sesle dile getiriyordum ve bundan kurtuluyordum. Olumsuz duyguyu hemen değiştirmek için elimden geleni yapıyordum.

On gün sonra, ne kadar büyük değişiklikler yaşadığımı farkındaydım artık. Olumsuz titreşimlerimden büyük ölçüde kurtulmayı başarmıştım.

Eskiden bir şeyleri istemenin, hayal etmenin ne kadar zor olduğunu da bu on gün içinde fark ettim. Ne zaman aklımdan büyük bir istek geçse, bana "olmadık" gelen bir hayal kursam, içimi çekiyor ve bu isteği ya da hayali ruhumun derinliklerine gömüyordum.

Her geçen gün, bilinçsiz olumsuz düşüncelerimin ve negatif hislerimin ortadan kalktığını hissettim. Bir bağımlılıktan kurtulmuştum. İstedğim zaman yoğunlaşmamı ve duygularımı değiştirebiliyordum. Bunun sonuçlarını görmek için de sabırsızlanıyordum!

Ondan Otuza

Bundan sonraki yirmi gün muhteşemdi! Aklıma gelirimi artırmamı sağlayacak muhteşem fikirler geliyordu. Moralim bozuk geçirdiğim günler azalmıştı. Kendimi çok daha iyi hissediyordum. Enerjim artmıştı.

Her sabah uyandığımda iç benliğimle konuşuyordum. Her gün, her hafta, İsteklerimi dile getiriyordum. Bunların saçma, komik, olanaksız olmalarını umursamıyordum. İsteklerimi çok değerli programımın bir parçası olarak görüyordum.

Güne iyi başladığım zamanlar, kendime ilişkin övcek pek çok bulabiliyordum. Moralimin bozuk olduğu günler, İstenmeyenleri ya da stresi hiç kafama takmamaya çalışıyordum. Bütün gün yüreğimde ve dudaklarımda bir şarkı, yüzümden bir gülümsemeyle dolaşmak için elimden geleni yapıyordum.

İsteklerime ulaşmak için İstenmeyenler üzerinde yoğunlaşmaktan vazgeçmem gerektiğini öğrenmiştim. Gerçek isteklerimin üzerinde durduğumda, bunun tadını çıkardığımda sahip olduğum pozitif enerjinin mucizeler yarattığının farkındaydım.

Artık, ne zaman yaklaşmakta olan bir borcu düşündüğümü fark etsem hemen konuyu değiştirebiliyordum. Bir yoksunluğun kafama takıldığını fark ettiğimde, kendimi iyi hissetmemi sağlayacak yollar aramaya girişiyordum.

Gerçekten mucizeler olmaya başlamıştı! Bir kez çok beğendiğim bir tişörtü İsteklerim listesine eklemiştim. Sonra mağazaya gittiğinde satıldığını gördüm. Ancak size bu kitapta sözünü ettiğim oyunu oynadığımda, üç hafta sonra bir mağazada tişörtün aynısına rastladım ve hemen aldım.

Bir gün canım hiç olmayacak bir yerde hamburger çekti. Biraz daha ilerlediğimde, yolumun üzerinde, bir nalbur mağazanın yanına nefis hamburgerler yapan bir restoranın açıldığını gördüm!

Şimdi geri dönüp baktığımda, ilk günler her şeyi para odaklı düşündüğümü fark ediyorum. Sonuçları sadece parayı kıstas olarak değerlendirmemin ne kadar aptalca olduğunu şimdi anlıyorum.

Otuzuncu gün gelmişti. Neden banka hesabım hala yerlerde sürünüyordu? Neden yeni iş talepleriyle telefonum çalmıyordu? Yeni fikirlerin ortaya çıkması neden bu kadar zaman alıyordu? Yine olmayan şeyler yüzünden hayal kırıklığı yaşamaya başlamıştım. "Nerede? Nerede?" şeklindeki olumsuz yoğunlaşmalarım bu kez farklı bir kostümle yeniden ortaya çıkmıştı.

Çok geçmeden, aslında paranın da gelmeye başladığını fark ettim. En azından eskisinden daha iyi durumdaydım. Cüzdanım hemen hiç boş kalmıyordu. Banka hesabımda da birazcık para birikmişti.

Otuz gün içinde eski alışkanlıklarımın büyük ölçüde kurtulmuştum. Bugün bile bol param varken, elde ettiğim şeylerin çok çalışmamın ya da çok zeki olmamın sonucu olmadığını, enerji akışımın sonucu olduğunu hatırlamaya çalışıyorum. Yeni senaryolar yazmaya, kendi kendime konuşmaya ve konu değiştirmeye devam ediyorum.

Artık Her Gün Kendini Övme yöntemi yerine Ayın İsteği yöntemini uyguluyorum. Bu iki amaca hizmet ediyor: Belirli bir isteğe yönelik daha fazla titreşim zamanı ve enerji akışı yaratıyor. Ayrıca en çok ihtiyaç duyduğum anda enerjimi aktarabileceğim hazır bir şey bulabiliyorum.

Eğitimde

Eğer hayatınızın kontrolünü eline almaya, istediğiniz şeylere sahip olmaya, istediğiniz şeyleri yapmaya, istediğiniz gibi

biri olmaya, istediğiniz kişilerle istediğiniz gibi yaşamaya karar vereceksiniz, kabul etmeniz gereken bir şey var: İyi bir şey için eğitiliyorsunuz!

Bundan sonra moralinizin düzgün olduğu, bozuk olduğu, duygularınızın yoğun olduğu ya da umursamaz olduğu günler geçireceksiniz. Ancak şundan emin olun; bundan sonra istediğiniz şeylere kavuşmanıza siz farkında olmaksızın engel olacak negatif hisleri en azından eskisi kadar yoğun yaşamayacaksınız.

Bu değişim hayatınız boyunca sürecektir ve her şeyi otuz gün içinde öğrenmeniz mümkün değil. Elbette bu otuz gün içinde korkularınızdan ve üzüntülerinizden kurtulabilirsiniz. Ancak bundan sonra da refaha, güvenliğe, sağlığa, özgürlüğe, neşeye, canlılığa, bağımsızlığa ve tatmine kavuşmak için, bilinçli yaratım sürecinin dört aşaması konusunda öğreneceğiniz şeyler olacaktır.

Bu Sizin Oyununuz

Bu başkasının değil, sizin gösterimiz. Hep öyle oldu, hep de öyle olacak. Kimse sizin hayatınıza yön vermedi. Siz enerji akışınızla ve duygularınızla hayatınıza yön verdiniz ve her dakikanızı tasarladınız.

Şimdi önemli olan, bundan sonra hayatınızı nasıl geçireceğiniz.

İsteddiğiniz gibi bir hayata kavuşmanız için işte size ipuçları:

Birinci Aşama: Ne istemediğinizi belirleyin.

İkinci Aşama: Ne istediğinizi belirleyin.

Üçüncü Aşama: İsteddiğiniz şeyi hissedin.

Dördüncü Aşama: Bekleyin, dinleyin ve evrenin size isteğinizi vermesine izin verin.

Yapmamanız Gereken Önemli Şeyler

- Sabırsız olmayın. İstekleriniz hemen gerçekleşmezse, sakin olun. Pozitif enerjinizi koruyun.
- Başka birilerini düzeltmeye çalışmayın. Bu, enerjinizi negatife çevirir. Bir şeyleri düzeltmek zorunda değilsiniz. Bunu düşünmekten vazgeçin yeter.
- Sizin kendinizi güvende ve mutlu hissedebilmeniz için dünyanın değişmesi gerektiğini düşünmekten vazgeçin. Kendi güvenliğinizi enerji akışınız sayesinde kendiniz yaratırsınız.
- Hayatınızda meydana gelen hiçbir şeyi göz ardı etmeyin. Bunlar sizin hayatınıza bir manyetizma tarafından çekilmişlerdir. Ne yarattığınıza dikkat edin.
- Moraliniz bozuk olduğunda hissettiklerinizi isimlendirmeye çalışmayın. Bundan kurtulmanın yolunu bulmaya çalışın.
- Henüz değişmemiş koşullar üzerinde yoğunlaşmaktan, bunlara tepki vermektan, bunlar için üzülmekten vazgeçin. Yoksa bunların artmasına neden olursunuz.
- İstekleriniz konusunda cimri olmayın. Nitelik olarak da nicelik olarak da büyük şeyler isteyin. Yeni istekler yaratmaktan da vazgeçmeyin.
- "Olamayacağını" düşünmekten vazgeçin. Böyle düşünürseniz olmaz.
- Kendinizi iyi hissetmek için elinizden geleni yapın. Bunu bir alışkanlık haline getirin.
- Her şeyi gereğinden fazla ciddiye almayın. Bu negatif enerjiye sahip olmanıza yol açar. Biraz da eğlenmeye bakın.
- Yanlış giden bir şeylerin çirkin, karanlık, kötü nedenlerini aramayın. İstemediğiniz şeyler üzerinde durmayın.
- "Bu olana kadar kendimi daha iyi hissetmeyeceğim" gibi kesin sonuçlara varmayın.
- Bir istenmeyeni fark ettiğinizde kendinizi kötü hissetmeyin. Aksine, bunu fark ettiğiniz için kendinizi tebrik edin.

ÇEKİM YASASI SECRET

İstemediklerinizi bilmediğiniz sürece istediklerinizi nereden bileceksiniz?

- Negatif enerjiye sahip olmanıza neden olan kişileri, olayları, koşulları, yerleri, filmleri, yemekleri, sürücülerini, patronları düşünmeyin. NE OLURSA OLSUN!
- Enerjinizi istediğiniz şeylere aktarmaktan kaçınmayın.
- Hastalıklarınızdan söz etmeyin. Bedeninizin kendini ne kadar hızlı onardığından söz edin.
- Bahaneler uydurmayın.
- Yakınmayın. Bu, bir şeye sahip olmadığınıza dair olumsuz bir farkındalığınızın olduğunu gösterir.
- Hayatınızı dış güçlerin belirlediğini düşünmeyin.
- İstemediğiniz bir şeye bakmaktan çekinmeyin.
- "Ben haklıyım, sen haksızsın" gibi yargılara varmaktan kaçın. Bu da negatif enerjiye sahip olmanıza yol açar.
- Hiçbir şeyden pişman olmayın.
- Senaryo yazmadan ve pozitif enerji akışı sağlamadan hiçbir yeni projeye başlamayın.
- Düşünmeyin, hissedin.
- Tepkilerinizi düşünmeyin, hissedin.
- Kendinizi bulmaya çalışmaktan vazgeçin. Kendiniz olun.
- Sizin bir yaşam gücü olduğunuzu unutmayın.
- Pes etmeyin, pes etmeyin!

Yapmanız Gereken Önemli Şeyler

- Her gün kendinize hayal kurmak, istemek, enerji akışı sağlamak için zaman ayırın.
- Kendinizi iyi hissetmediğinizde, kendinizi hep daha iyi hissetmenin yollarını bulun.
- Olumsuz yoğunlaşmadan kurtulmak için her şeyi yapın.

LYNN GRABHORN

- Her gün isteklerinizi ve nedenlerini ifade edin.
- Her gün ruh haliniz, güvenliğiniz, işiniz, ilişkileriniz vb. konusunda daha fazla karar verin.
- Kendinize sürekli "enerjimi nasıl aktarıyorum?" diye sorun.
- Her gün kendi kendinize yüksek sesle konuşun.
- Bir şeylerin gerçekleştiğine dair ipuçları arayın.
- Yeni senaryolar yazın.
- Hislerinize kulak verin.
- Yapacak şeyler listesi yerine, hissedilecek şeyler listesi yapın.
- Yaratıcı olun.
- Sadece ne istediğinizi düşünün.
- Kendi deneyimlerinizi kendinizin yarattığını bilin.
- Her gün her şey hakkında olumlu bir şeyler görmeye ya da bulmaya çalışın.
- Bir başkasının enerjisini nasıl aktardığını göz ardı edin.
- Hiçbir şeyin sizin kendinizi iyi hissetmenizden önemli olmadığını hatırlayın.
- Ayın İsteği'ni kurtarıcınız olarak görün.
- Negatif enerjinizi, konuyu değiştirerek pozitif enerjiye dönüştürün.
- İsteklerinizi umut edin.
- Hisleriniz konusunda alarmda olun.
- Geçmiş unutun, o artık yok.
- İsteklerinizi hissedin.
- Kendinizi iyi hissederek yaşayın ve isteklerinizin nasıl birer birer gerçek olduğunu görün.
- Kendinizi iyi hissederek uyandıysanız, bunu sürdürün. Kötü hissederek uyandıysanız, hemen bunu değiştirin.

ÇEKİM YASASI SECRET

- Sakinleşin, gevşeyin, doğal olun, iç benliğinize yakın olun.
- Dürtülerinize kulak verin.
- Negatif direncinizi kırın.
- Direncinizle yarattığınız engellerin farkında olun.
- Gördüğünüz her şeyi takdir etmeye çalışın.
- Hiçbir şey yapamıyorsanız gülümseyin.
- Sizi sıkıyan her şeyin üstesinden gelin.

Bu Sizin Geminiz

Hata yapamaz, yanlış bir karar veremezsiniz. Bu olanaksız. Aslında hiçbir zaman hata yapmadınız. Sadece olumsuz titreşimlerden kurtulmanızı sağlayacak dersleri davet ettiniz.

Daha önce hiçbirimiz hayatımızı enerji akışımızla bizim belirlediğimizi bilmiyorduk. Şimdi bunu öğrendik. Ancak sabırlı olmamız gerekiyor. Henüz bisiklete binmeyi yeni öğrenen çocuklar gibiyiz. Bol bol alıştırma yaparak, bisiklete çok daha iyi biner hale geleceğiz.

Enerjinizi isteklerinize aktarma konusunda bol bol alıştırma yapın. Her durumda... Herkesle... Ne olursa olsun... Böylece hayatınızı kontrol etmeyi öğrenebilirsiniz.

Otuz günlük programı uyguladıktan sonra hayatınızda büyük değişimlerin gerçekleştiğini göreceksiniz. Önceleri zorlanırsanız da pes etmeyin. Ancak bol bol alıştırma yapın.

O zaman bunun karşılığını göreceksiniz.

Bunları yaptığınızda isteklerinize kavuşmanız işten bile değil.

NASIL BAŞARDILAR

David Lester

Adidas

Bir Spor Başarısı

Kurucu: Adolf (Adi) Dassler

Başladığı zamanki Yaşı: 20

Geçmişi: Fırıncı olarak yetiştirilmiştir

Kuruluş Yılı: 1949

Sektör Tipi: Spor Eşyaları Şirketi

Şu an ticaret yaptığı ülkeler: 170'in üstünde

Herhangi bir koşucu size iyi bir ayakkabının başarının anahtarı olduğunu ve spor eşya üretiminde belirleyici faktörün bu olduğunu söyleyecektir. Şirketin kökeni neredeyse bir yüzyıl öncesine, Adi Dassler adlı adamın her atlet için en uygun ayakkabıyı üretmeyi karar vermesine dayanıyor. Bugün, Adidas Grup dünyadaki en büyük ikinci spor eşya üreticisi. Ürünleri ayakkabıdan kıyafet aksesuarlarına kadar uzanır. Koşu, futbol, basketbol ve antrenman ayakkabıları vardır. Aynı zamanda farklı üç çizgili logosuyla dünyadaki en ikonlaşmış markalardan biridir.

İlham Yeni Ayakkabıları Yaratır

Almanya doğumlu Adi ekstrem sporlara düşkünlüğü olan atik bir sporcuydu. Kendi atlama tepesini bile tek başına yapmıştı. Aynı zamanda iyi bir koşucu olan Adi, diğer birçok girişimciyi de beğeniyordu. Piyasada daha işlevsel olacak ve performansı güçlendirecek ayakkabılara ihtiyaç olduğunu gördü. Adi aslında fırıncı olarak yetiştirilmişti ama babası ayakkabı tamircisi olduğundan ayakkabılara karşı bir birikimi vardı. İdeal spor ayakkabıyı üretme isteğiyle, babasının yolundan gitti. 1920'de Nuremberg'in 12 mil ötesinde küçük bir Alman köyü olan Herzogenaurach'da ayakkabı yapmaya başladı. Annesinin mutfağını atölye olarak kullandı.

Birinci Dünya Savaşı'ndan sonra Almanya yeni bir işe başlamak için pek uygun bir yer değildi ama Adi bunun onu durdurmasına izin vermedi. Ayakkabı yapmak için bulduğu her eşyayı topladı. Bunlar arasında, paraşütler, askeri başlıklar da vardı. Böyle bir yaratıcılık ve beceriyle iş güzel gitmeye başladı ve Adi mükemmel ayakkabılar üretmek için vizyonunu geliştirdi. Bu vizyon üç öncü ilkedden oluşuyordu: İşin gerektirdiği gibi en iyi ayakkabıları üretmek, atletin yaralanmamasını sağlamak, ürünün uzun süre dayanmasını sağlamak.

1924'te satışta geçmiş olan kardeşi Rudolf, Adi'ye katıldı ve ayakkabı üretme girişimi bir iş sektörü haline geldi. Rudolf işin pazarlama kısmıyla ilgileniyordu. Adi ise ayakkabı dizaynına devam ediyordu. Şirketin ismi Dassler Brothers Shoe Factory aynı yıl verildi. Bu zamana kadar birçok becerikli işçi onlara katılmış ve atölye büyümüştü. Her gün 50 ayakkabı üretiliyordu.

İlk Büyüme

Adi hedeflerini büyütülmüştü ve teknik açıdan daha yenilikçi ayakkabılar üretmek istiyordu. Bir yıl sonra ilk patentleri aldı: Bir koşu ayakkabısı ve bir futbol ayakkabısı. Ayakkabılar fut-

bol, koşu, toprak için üretilmişti ve diğer mevcut ayakkabılardan daha hafif ve dayanıklıydılar.

Adi, Almanya'daki önemli spor faaliyetlerine her zaman gittiği için bu haber kulaktan kulağa yayıldı. Sil olarak ayakkabılarını spor kulüplerine ve atletlere sattı. Daha sonra 1928 Amsterdam Olimpiyat Oyunları'na ve dört yıl sonra Los Angeles'taki oyunlara katılanların ayakkabılarını sağladı. 1931'de şirketin tenis ayakkabı çeşitliliği genişletildi ve 1930'ların ortasında Adi 11 farklı spor dalı için 30 farklı ayakkabı yapıyordu ve işçi sayısı neredeyse 100'ü bulmuştu.

Ancak şirketin asıl gelişmesi Adi'nin kendi ülkesinde 1936'da Berlin'de gerçekleştirilen olimpiyatlarla oldu. Bu zamana kadar Dassler ayakkabıları çoğunlukla Alman atletlerce giyiliyordu ve kardeşler atletlerin kendilerinin en iyi reklam aracı olduğunu keşfetmişti. Bu nedenle ünlü sporcuların markayı kullanması önemliydi. Aslında Adi ürününün önemini artırmak için spor promosyonu kullanan ilk girişimciydi.

Yabancı atletlere Dassler ayakkabılarını giydirmek ilk işti. Girişimcilik yeteneğine güvenerek Adi bir risk aldı ve ürünlerinin olduğu bir çantayla olimpiyat köyüne gitti. ABD atleti Jesse Owens'i Dassler ayakkabılarını denemeye ikna etmeye çalışacaktı. Owen dört olimpiyat altın madalyası kazanarak şirketin adının dünyanın önemli atletlerince duyulmasını sağladı. Diğer takımlardan da siparişler aktı ve her yıl yaklaşık 200.000 ayakkabı satılmaya başlandı. Böylece artan talebi karşılayabilmek için Adi ikinci bir üretim tesisi satın almak zorunda kaldı.

Adi ürününün önemini artırmak için spor promosyonu kullanan ilk girişimciydi.

Ailenin Ayrılması

İkinci Dünya Savaşı'nın çıkmasıyla fabrikaya ordu tarafından el konuldu. Rudolf ve diğer çoğu işçi orduya alındı. Adi işiyle ilgilenmeye devam etti, savaştan sonraki Alman ordusu için ayakkabılar yaptı. Yeniden yapılanmaya ve örgüt-

lenmeye çalışan ülkede o spor ayakkabıları yapmaya devam etti ama bu kez 50 kişinin altında çok daha küçük bir iş gücü vardı. Ancak yerel insanlar ellerinden geldiğince yardım etmeye çalıştılar. Adi'nin yaratıcı ruhu ön plana çıktı. Atılan asker çadırları, deri beysbol eldivenleri ve ABD tanklarından gelen çöp ve brandalar gibi savaş malzemelerinden ayakkabılar yapmaya çalıştı.

İş büyüdükçe kardeşler anlaşılmaz oldular. 1948'de bu anlaşmazlık öyle bir haddeye geldi ki yollarını ayırmaya karar verdiler. Bu ayrılma bir nevi acı bir rekabet doğurdu. Rudolf şirketin ayakkabı üretim makinelerinin yarısını aldı ve bir başka ayakkabı şirketi kurdu. Daha sonra bu şirket Adidas'ın ezeli rakiplerinden Puma oldu.

Adi tüm sorumluluğu alınca yeni bir isim gerekti. Adidas adı onun takma adı ve adının ilk üç harfi kullanılarak oluşturuldu. Ve firma resmi olarak 1949 yılında bu adı aldı. İsim değişikliğini vurgulamak için yeni bir logo tasarlandı. Adi şu anki ikonlaşmış üç çizgi tasarımını geliştirdi. Bunu sekiz yıl önce düşünmüştü. Ayakkabılarını diğerlerinden ayırmak için gayet çarpıcı bir imge yarattı. Çizgilerin pratik bir faydası da vardı. Ayağın kavis çizmesine yardım ediyordu. Aynı yıl Adi futbol ayakkabılarına odaklanmaya karar verdi ve ilk ayakkabılarını kalıp lastik somunlarla yaptı.

Spor Promosyonu

Geçmiş deneyimler iki kardeşe de atletlerin ayakkabılarını giymelerinin önemli olduğunu öğretti ve birçok şekilde Adidas ve Puma rekabeti spor promosyonu kavramını oluşturdu. Her ikisi de ünlü atletlerin güvenliğini sağlamak için sıkı çalıştı. Özellikle olimpiyat oyunlarında nakit para içeren zarflar bile önerdiler. Adidas 1952 Helsinki oyunlarında en çok giyilen Alman markasıydı ve çıkarılabilir kabalara bir ilke imza attı. Spor çantalarıyla birlikte firma ürün çeşitliliğini de genişletti.

1954'te Alman milli futbol takımının ayakkabısını sağlayarak Adidas-Puma savaşında başarı kazanan Adi oldu. Kabaraları vidalanan ayakkabılar ilk defa kullanılıyordu. Batı Almanya Macaristan'a karşı kazanınca firma tüm şehirde konuşulur oldu. Final maçı yağmurlu ve ıslak bir günde oynandı ve kabaraları vidalanan ayakkabılar kazanan oldu. Adi, Alman oyuncularla birlikte birçok gazetede çıktı ve ayakkabılar tüm dünyanın ilgisini çekti. O yıl toplamda 450.000 çift ayakkabı üretildi.

İlerleyen yıllarda bu girişken tanıtım şirket stratejisinin standart bir özelliği haline geldi. Adidas her önemli olayda yeni bir ürün sundu, dünyadaki atlet ayakkabı piyasasını yönetti. Bu girişken büyümenin anahtarı Adi'nin dünyanın önde gelen atletleriyle iletişimde olması ve bunun farklı spor dalları için farklı ayakkabılar üretmesini sağlamasıydı.

Adidas her önemli olayda yeni bir ürün sundu, dünyadaki atlet ayakkabı piyasasını yönetti.

Küresel Genişleme

Bu özel dizaynın bir örneği 1956 Melbourne Olimpiyatları'ydı. Adi'nin eşi ve ortağı Kathe Dassler, oğulları Horst'u Avustralya'ya Adidas ayakkabılarını bu olimpiyatta yarışacak atletlere dağıtmaya gönderdiler. Olympic Turnaround (Michael Payne, Praeger Publishers Inc 2006) kitabında Horst'un şu sözü yer almaktadır: "Genç bir delikanlı olan beni karşılarında bir çift ayakkabı sunarken gören atletler çok şaşır-
dı. Bu çok kolay bir işti."

Aynı zamanlarda Adi, Norveç ayakkabı fabrikasıyla ilk lisans anlaşmasını imzalayarak Adidas'ın küresel gelişme yolunda olduğunu gösterdi. Horst şirkete katıldı ve üç yıl sonra 1959'da Fransa'da tesislerin kurulmasına ve Almanya'da ek fabrika açılmasına yardım etti. Melbourne oyunlarındaki atletlere ürünleri götürerek 1960'da Roma'da yapılan oyunlarda da tanınmış oldular. Atletlerin % 75'i Adidas ayakkabılarını giyiyordu.

ÇEKİM YASASI SECRET

Adidas yeniliklerini sürdürdükçe küresel büyüme devam etti. 1960'ların ortasında Adi ve Kathe kıyafet sektörüne geçtiler ve yarışma ve antrenman için kıyafetler tasarladılar. İlk üç çizgili Adidas eşofmanı 1962'de tanıtıldı ve top üretimi 1963'te başladı. Ünlü reklamları firmanın en önemli güçlerinden biri olmaya devam etti. Muhammed Ali ve Joe Frazier'ın boks ayakkabıları 1971'de Adi tarafından tasarlandı. Bir yıl sonra, üç çizgi logosu yonca (üç yapraklı bitki) logosuna dönüştürüldü.

İşler Kötüleşiyor

1960 ve 1970'ler yeniliklerle geçerken 1978'de Adi'nin ölümüyle işler bozuldu. Rudolf da dört yıl sonra öldü ve kardeşler asla barışamadılar. Adi öldüğü vakit 700 patent ve birçok endüstriyel ürün hakkı vardı. Kathe işi sürdürmeye devam etti. Altı yıl sonra Kathe de öldü ve Horst 1985'de kontrolü eline aldı. Horst'un küresel yeniden yapılanma için azimli planları vardı. Ancak üzücü bir şekilde üç yıl sonra 51 yaşında hayallerini gerçekleştirilmeden kanserden öldü. Lideri olmadan Adidas bilinmeyen bir geleceğe doğru ilerliyordu. Adi'nin dört kızının şirketin geleceğini belirlemek için tartışması Adidas'ın yolundan sapmasına ve piyasada değersizleşmesine neden oldu. Rekabet ve başarısız reklam kampanyaları da bu süreçte etkili oldu. Nike ve diğer markaların piyasaya girmesiyle şaşaalı Adidas zamanları sona erdi. Bir aile şirketi olan Adidas 1989'da çıkmaza girdi ve kızları, şirketi batmakta olan iş yerlerini kurtarmada usta olan Fransız iş adamı olan Bernard Tapie'ye sattılar. Daha sonra Fransız Şehir İlişkileri Başkanı olan Tapie birkaç değişiklik yaptı. Performans odaklı ve işlevsel ayakkabı ve kıyafet üretti. Üretim deniz aşırı Asya'ya taşındı ve böylece maliyet düşürüldü. Ancak Tapie Adidas'ın geleceğini canlandıramadı, çünkü kendi de ekonomik sıkıntı içindeydi ve birkaç yıl sonra politik ve mali nedenlerle istifa etti.

LYNN GRABHORN

1992'de Fransız bankası Credit Lyonnais bu zamana kadar zarar eden ve iflasa giden Adidas için ikinci bir alıcı buldu. Yeni alıcı, Harvard MBA mezunu Robert Louis Dreyfus'un iş piyasasında kışkanılır bir geçmişi vardı. 1993'te şirketin başına geçti ve iş ortağıyla birlikte Adidas'ın % 15'ini satın aldı. Ancak Dassler ayakkabı şirketi sona ermemiştir. Adi Dassler'in aynı isme sahip torunu ayakkabı üretiminin ailenin kanında olduğunu kanıtladı ve 1992'de AD One isimli şirketi kurdu.

Kazanımlar ve Sermaye Temini

Dreyfus piyasada adını duyurmak için hiç vakit kaybetmedi. Adidas'ta mükemmel ayakkabılar yapabilecek ama bunlara satacak yetenekten yoksun olan bir şirket potansiyeli gördü. Firmanın spor ayakkabısındaki profesyonelliğini vurguladı ve daha genç bir pazarı hedef seçti, birçok kıdemli yöneticiyi kovdu ve tutarları azaltmak için üretimi dışarıdan yaptırdı.

Kazanımlar da Adidas'ın geri dönüş planıydı. Dreyfus'un başa geldiği yıl şirket Sports Inc. adında bir ABD spor marketini satın aldı ve markete Adidas America adını verdi. Göreve de iki eski Nike yöneticisini getirdi. Retro modadan da yararlandı ve hemen moda olan klasik, eski moda eşofmanlar üretti.

1995'te sermaye temini Almanya ve Fransa stoklarını gösterdi. Dreyfus tarafından yönetilen kazanımlar devam etti. Rap grubu Run DMC 1996'da My Adidas adlı şarkıyı yazdığından Adidas müzik alanında bile rekor kırdı. Adidas, Fransız kayak giysisi uzmanı Salomon Group ve alt kuruluşu Taylor Made Golf Company'yi satın aldı ve spor eşyaları alanındaki ürün çeşidini artırdı. Şirket adını Adidas-Salomon olarak değiştirdi ve ilk perakende mağazasını Oregon, Portland'da açtı.

İyileşme Süreci

1999'da 50. yılında Adidas'ın kutlayacak bir şeyi vardı. Satışları gayet iyi gidiyordu ve dünya genelinde yaklaşık

13.000 işçisi vardı. Bir yıl sonra, Adidas Euro 2000 Futbol Şampiyonası'nın resmi sponsoru oldu. Bir sonraki yıl önceki başkan vekili ve şef operasyon müdürü Herbert Hainer, baş yönetici olarak Dreyfus'un yerine geldi. Tokyo, Berlin, Amsterdam ve Paris'te daha çok sayıda mağaza açıldı. 2002'de New York ve Kore'de de mağazalar açıldı. İlk sonuçlar umut vericiydi. Hisse başına % 15'lik bir kâr vardı.

Aynı yıl müşteri sayısını ve büyümesini artırmak için Adidas bazı radikal değişiklikler yaptı. "Spor Performansı", "Spor Stili" ve "Spor Mirası" adı altında retro ve yeni moda tarzları birleştiren üç yeni dal tanıtıldı. İki yıl sonra, sponsorluk alanında adını dünya genelinde duyurmaya devam etti. David Beckham ve Tim Henman gibi çok ünlü kişilere sponsor oldu. 2005 yoğun bir yıl oldu: Moda tasarımcısı Stella McCartney'le bir anlaşma yapıldı ve kadınlar için tasarımlar yapıldı. Ayrıca Adidas rakibi Reebok'u satın aldı (Bu satın alma 2006'da tamamlandı). Mayıs 2005'te Salomon firmasını Finlandiyalı spor eşyası firması Amer Sport'a sattığını duyurdu ve tekrar Adidas ismini aldı.

Teknik yeniliklerle şirket kendine bir yer edinmişti ve gelecek farklı olacaktı. Aynı yıl Adidas 1'i başlattı. Dünyanın ilk akıllı ayakkabısını üretti. Koşu yüzeyindeki değişikliklere göre gerçek zamanlı topuk tamponlaması yapan ayakkabı astarı geliştirdi. 125 pounda satılan ayakkabı ucuz değildi, piyasadaki ikinci en pahalı ürünün iki katından pahalıydı.

Şimdi Ne Durumdalar?

Çok yakın bir zaman önce, Adidas New York ve Londra gibi büyük şehirlerdeki mağazalarını genişletti. Bunun yanı sıra Çin ve Rusya gibi yeni gelişen ülkelerde de yer almaya başladı. Pekin 2008 Olimpiyatları'nın resmi spor giysileri ortağı olarak Pekin'de dünyadaki en büyük mağazasını açtı. Dört kattan oluşuyor ve "Marka Merkezi" olarak adlandırılıyor. Performans ve stil bölümleri de var. Reebok'un alıcısı bek-

lentilere göre yaşamak zorunda ve Adidas Ağustos 2008'deki mali sonuçlarına göre halen önünde uzun bir yol olduğunu kabul ediyor. Reebok'un büyümesi Kuzey Amerika, İngiltere ve Japonya'daki durgun satışlardan zarar gördü ama gelecek planları arasında kadın jimnastik sektörü bulunuyor. Adidas, Nike'tan sonra dünyadaki en büyük ikinci spor eşyaları firması ama Avrupa'da halen öncü marka ve dünya genelinde spor ürünlerinde bir numara. O zaman Adidas'ın ünlü sloganı "Asla diye bir şey yoktur" oldukça geçerli görünüyor.

Billabong

Gelecek Dalgayı Biçimlendirir

Kurucu: Gordon Merchant

Başladığı zamanki Yaşı: 28

Geçmişi: Sörf tutkunu ve sörf tahta ustası olarak çalışmıştır

Kuruluş yılı: 1973

Sektör Tipi: Sörf kıyafet ve aksesuarları

Şu an Ticaret yaptığı Ülkeler: 100

Ciro: 609 milyon pound

Sörf farklı derecelerde gerçekleştirilen ve çoğu kişinin eğlendiği bir spor dalıdır. Sörf havalıdır. Ancak havalı gözükmek için önce eşleşmek zorundasınız. Sörf kıyafeti bu görünümün önemli bir parçası ve son zamanlarda oldukça revaçta. Profesyonel olmayan çoğu kişi bile giyiyor ve şimdi plaj mağazalarından sörf kiralama merkezlerine her yerde bulunabilir. Billabong muhtemelen diğer hepsinden daha çok bu alanda ilerlemiş olan Avustralya firmasıdır. En popüler markalardan biridir ve 35 yıl sonra bile halen endüstrideki en büyük markadır. Avustralya'da kurulmuş ancak Amerika sahipli Quiksilver'dan hemen sonradır. Çoğu büyük şehirde sörf kıyafetleri bulmamızın asıl sebeplerinden biri budur. Kurucusu Gordon Merchant

LYNN GRABHORN

başarı için büyük bir azim ve kararlılık göstermiştir. Reddedilme sürecinde koruduğu kararlılığı şimdi meyvesin vermektedir. Gordon, Avustralya'nın en önemli girişimcilerinden biridir.

Yaklaşan Dalga

Gordon Merchant sörf yapmayı sever. 60 yaşında olmasına rağmen bugün bile halen zamanının çoğunu Avustralya'daki en iyi dalgalarla savaşıyor. 1970'lerin başında tüm boş vaktini sörf yaparak geçiriyordu. Okyanusu o kadar seviyordu ki geçici bir süre Gold Cost'taki Burleigh Heads'e taşınmıştır. Burada yılın dokuz ayını sörf yaparak geçirmiştir.

Gordon sörf tahta şekillendiricisi olarak çalışmıştır. En güzel sörfü sağlayacak tahtayı yapmaya çalışmıştır. Sanayiye geliştirecek birçok yenilik yapmıştır. Zamanının çoğunu tahtalarının peşinde yıpranmış bir şekilde koşturan her sörfçünün bileceği bacak halatı en basit ancak kullanışlı yeniliklerden biridir. Gordon, Avustralya'nın en iyi sörfçülerinin başarısına katkıda bulunan uç kuruzu da eklemiştir. Ancak, sörf tahtası üretiminde kullanılan kimyasallar Gordon'un sağlığına zararlıydı ve başka bir iş yapmak istiyordu. Ve birçok girişimcilik hikâyesi gibi Gordon da ilhamını yaşadığı dünyadan aldı. Bu büyük aşkı sörfle ilgili bir iş yapacağı anlamına geliyordu.

Dalgayı Yakalamak

Gordon sörf giyimine yönelik büyük bir eksiklik olduğunu fark etti. Bugün plajlarda gördüğümüz sörf mağazaları o zamanlar yoktu. Sörf kıyafetleri erkek mağazalarından temin ediliyordu ancak sörfçülerin gerçekten neye ihtiyacı olduğunu anlamıyorlardı ve sattıkları şortlar sörf için uygun değildi. Tuzlu suda çürüyen pamuklu ipten yapılıyorlardı ve asla tam gelmiyorlardı. Gordon "Only a surfer knows the feeling: The story of Billabong's surfwear revolution" adlı kitabında (Derek Rielly, Rolling Youth Press 2003) "Göbek deliğinize kadar gelen o saçma şeyleri giydiğinizde kendiniz ahmak gibi hissediyor-

205

dunuz ve her zaman kayarlardı ki bu da çok rahatsız ediciydi” diyor. Gordon Stubbies’de, Dünya Sörf Şampiyonası’nda olduğu zamanları hatırlıyor. Mark Richards’ın bacaklarını hareket ettirebilmek için şortunu kasten yanlarından yırttığını görmüş. “Mark Richards şortunu yan tarafından yırttı. O şortların içinde ancak bu şekilde bacağımızı hareket ettirebiliyordunuz. Onun yanları yırtık şortuyla ödülünü aldığı bu görüntüsünü asla unutmayacağım.”

Bir şeyler yapılması gerektiğini biliyordu ve sörfçülerin güçlü dalgalara dayanacak şortlar istediğinin de farkındaydı. Birçok sörf kıyafet markası vardı ancak Gordon onların çabasını yeterli bulmadı ve sörfçülerin gerçekten ne istediklerini anlayamadıklarını düşündü. “Popüler erkek giyim markaları nasıl kıyafet yapacaklarını biliyorlardı, ancak işlevsel sörf kıyafetinin modası ya da piyasası hakkında hiçbir şey bildikleri yoktu.”

Gordon sörf tahtası yapma işinden de kurtulmak istiyordu ve böylece mükemmel sörf şortu yapma fikri aklına geldi. Arkadaşı Tommy Moses terzi olarak çalışıyordu. Eğlence için şort yapmaya başladılar. “Onu kendi markası Creme Clothing’i kurmaya ikna ettim. Sadece sörf kıyafetleri yoktu. Sevdığımız kıyafetleri yaparak eğleniyorduk. O zamanlar bunu yapan başka kimse yoktu. Yakaladığı başarıyı gördüm. Ve bu ilerlememi sağlayacak ilhamın bir parçası oldu.”

Arkadaşının aksine Gordon, eğitilmiş bir terzi değildi. Ancak girişimcilik çoğu kez böyle engelleri ortadan kaldırır. Gordon kendi hatalarıyla doğrudan ilgilendi. Kıyafet dizaynıyla ilgili sıradan bir kursa gitti. Yakın zamanda o ve karısı Rena mutfak masalarında şortlarını tasarlamaya ve yapmaya başladılar. “Çok zamanımızı aldı ve çok yanlış yaptık ama sonunda sörf için dayanıklı ve işlevsel şortlar yapmayı başardık. Hepsini tamamen ben yapıyordum ve desen tasarımı için bir kursa gidiyordum.”

Şortları için doğru malzemeyi bulana kadar Gordon ve Rena çok hata yaptılar ve çok uğraştılar. Ancak Gordon erkek gi-

yim mağazalarından daha avantajlıydı. Sörfü çok seviyordu ve gerçekten işe yarayacak şortlar yapmak için ne gerektiğini biliyordu. Gordon küresel bir iş yaratmaya çalışmıyordu, sadece kendi ve sörfçü arkadaşları için güzel şortlar yapmak istiyordu.

Gordon arabasının arkasında ve küçük mağazalarda şortlarını satmaya başladı. Sarışlar arttıkça Gordon ve Rena daha fazlasını yapabileceklerini gördü. “Durup birbirimize baktık ve bu şekilde hayatımızı çok güzel kazanabileceğimizi gördük. Almak istediğimiz evi unuttuk çünkü kazandığımız her kuruşu şirketin büyümesi için biriktiriyorduk. İşin her şeyden çok paraya ihtiyacı vardı.”

Gordon erkek giyim mağazalarından daha avantajlıydı. Sörfü çok seviyordu ve gerçekten işe yarayacak şortlar yapmak için ne gerektiğini biliyordu. Önemli bir şekilde, sörf tahtası yaparken olduğu gibi şort yaparken de birçok yenilikçi tasarımı yaptı. Sörfçülerin kullandığı şortlar dayanıklı olmalı ve deniz dalgalarına karşı güçlü olmalıdır. Böylece Gordon şortların dayanıklılığını sağlayan yeni bir dikiş icat etti. Ürüne sahip olduklarını ve bunu pazarlayacakları bir pazara ihtiyaçları olduklarını fark ettiler. İhtiyaçları olan bir marka adıydı. Bir arkadaşısı Billabong’u önerdi. Hem dikkat çekici hem de eşsiz olduğundan Gordon bunu beğendi. Ne Gordon, ne de Rena bu adın bugün bir dünya markası olacağını bilmiyorlardı. İstekleri çok sıradandı. Sadece bir ev alabilmek istemişlerdi.

Dalgalı Sular

1973 ve 1975 arasında zamanının çoğunu gece geç saatlere kadar şort yaparak geçirdi. Gerçekten ilerlemek için, Gordon’un büyüyen işinin paraya ihtiyacı vardı. Ancak bankalar o kadar anlayışlı değildi ve ilk başta Billabong’u pek ciddiye almadılar. Kıyafet üreticileri ve sörfçüler de bu fikri küçümsediler. Gordon fikrini ciddiye alan bir tane bulana kadar dört kere bankalarla şansını denedi. “Kimse beni sörf kıyafet tasarımcısı olarak ciddiye almadı. Şirket için para istemeye

ÇEKİM YASASI SECRET

bankaya gittiğimde bana güldüklerini hatırlıyorum. Birçok kıyafet üreticisi battığından giyim bankalar için kötü bir sözdü. Sörfçülerse daha beterti."

Ama Gordon vazgeçmedi. İstedığı parayı bulana kadar işine devam etti. Ürün alanını da genişletti: Tişört ve kolsuz gömlek yapmaya başladı. Markanın yeterince tanındığından emin olduktan sonra sörf basınında birkaç reklam verdi ve daha sonra daha pahalı görsel reklamlar verdi. Şirket Gold Coat'da ve Avustralya'nın doğu kıyısında yavaş yavaş ilerliyordu. 1970'lerin sonunda Billabong ulusal bir şirketti. Finansman eksikliğinden Billabong daha hızlı büyüyemedi. Ancak Avustralya'da ünlendikten sonra uluslararası büyüme desteklendi.

Bir Sonraki Dalga

Avustralya'daki başarılı duruşundan sonra Gordon ikinci hedef olarak uluslararası büyümeyi gördü. Çoğu insan Avustralya'yı sörf merkezi olarak biliyordu ve böylece Avustralya markası Billabong deniz aşırı ülkelerde de iyi bir izlenim bırakacaktı. Kuzeyde Japonya iyi bir bölgeydi. Gordon'ın bir diğer girmek istediği pazarsa ABD pazarıydı. Yabancı yatırımcılar şirketin kendi ülkesindeki etkisinden çok etkilendiler ve bu nedenle Billabong'la bir anlaşma yapmak istediler. Daha sonra Billabong yabancı distribütörlerine lisans satmaya başladı. Bu da şirketin büyümesini hızlandırdı.

Şirket sörf camiasıyla her zaman yakın ilişkiler içinde bulundu. Kendi sörf yarışmalarını düzenledi. Erkek dünya şampiyonlarının dördünden ikisini ve sekiz kadın yarışmasını yönetti. Dünyanın önde gelen sörfçülerinin Billabong'u seçtiğini gösteren tüm bu olaylar akıllı bir piyasa stratejisiydi. Şirketin ününü artırmaya devam etti ve sporla yeni ilgilenmeye başlayanlar en iyi olarak düşündüğünden Billabong'u tercih ettiler. Billabong'un başarı yolu uzun ve yavaştı. Bunun yararı ürünü güçsüzleştirecek herhangi bir ani hareket yapılmaması oldu.

LYNN GRABHORN

Şimdi Neredeler?

Gordon Merchant halen Billabong'un yöneticisi ve Avustralya'nın en başarılı girişimcilerinden biri. Halen Avustralya'da yaşıyor. 60'lı yaşlarında olmasına rağmen halen atik bir sörfçü. Avustralya'nın orta kuzey kıyısında Angourine'de kendine dalga şeklinde bir ev inşa ettirdi. Gordon ve Rena ayrıldılar ancak Gordon, Rena'nın tüm yardımlarından dolayı ona halen şirket hissesinden düşen kârı vermektedir.

2000'de Billabong Avustralya pazarında ilk sıralardaydı. Billabong kazanım için piyasayı kullandı ve küresel bir marka olarak profilini güçlendirdi. 2001 Mart'ında Billabong, Von Zipper güneş gözlüklerini ve dört ay sonra da Element Skateboards'u satın aldı. Bu başarılı iş birleşimleri şirketin birçok farklı markayı çatısı altında toplamasına neden oldu. 2004 Ocak'ta Honoula Surf Company, 2004 Eylül'de Kustom Ayakkabı ve Palmer Surf alındı.

O günden beri şirket sörf sektörüyle ilgili birçok diğer firmayı satın alarak büyümeye devam ediyor. Nixon saatleri ve aksesuarları 2006 Ocak'ında alındı ve 2007'de Element ayakkabı ve Kaliforniya merkezli Beazchworks perakende şirketi eklendi. Ayrıca ünlü dalış giysisi Xeel, bayan deniz kıyafeti markası Tigerlily ve ABD merkezli kayak markası Sector 9'u da satın aldı.

Cloudy Bay

Kaliteli Şarap Yetiştirmek

Kurucu: David Hohnen

Başladığı zamanki yaşı: 35

Geçmişi: Bir Avustralya şarap imalathanesinin kurucu ortaklarından

Kuruluş yılı: 1984

Başladığı zamanki yaşı: 36

Sektör tipi: Şarap İmalathanesi

Şu an ticaret yaptığı ülkeler: 30

Cloudy Bay bugün dünyadaki en iyi beyaz şaraplardan birisidir. Ancak Cloudy Bay'ı kuruluşunun yalnızca ikinci yılında uluslararası üne kavuşturan Sauvignon Blanc'tir. Deneyimli ve tutkulu şarap üreticisi David Hohnen 1980 ortalarında Yeni Zelanda'da üzüm ararkenki fenomeninden tüm bunları yarattı. Kalite tutkusuyla Cloudy Bay şarap dünyasında hızla ilerliyor. 1990'larda bir devir yaşandı. Üzüm bağı şimdi yılda 800 ton üzüm veriyor. 200 dönümlük alanda altı üreticiyle çalışılıyor.

LYNN GRABHORN

Şarap Kökeni

Şaraptaki uzman geçmişiyle David, kardeşi Mark ile birlikte 1970'te bir Avustralya şarap imalathanesi olan Cape Mentelle'i kurdu. David bu konuda acemi değildi, aslında tüm Hohnen ailesi şarap üretiminde ustaydı. Şarapla tanışmaları Fransız kültürüyle ve tabii ki şarapla tanıştıkları New Caledonia'da yaşadıkları sırada başladı. Aile daha sonra bir komşularının küçük bir şarap imalathanesi işlettiği Perth'e, şehrin üç kilometre güneyine taşındı. Bu aile için çok iyi oldu ve 1970'te Hohnenler şimdi Avustralya'nın ünlü bir yeri olan Perth'de üzüm bağı olan üçüncü aile oldu. Bu ilk şirket -Cape Mentelle- David ve kardeşi Mark tarafından yürütülüyordu. David, Kaliforniya Fresco'da iki yıl kaldıktan sonra şarap ticaretini öğrenmişti. Kardeşine katılmak için ailesinin şarap imalathanesine döndü ve 1976'da ilk ticari kaliteli şarabını üretti: Cabernet Sauvignon. Yakınlardaki Margaret Nehri etrafında dolaşan bir grup sörfçüyü işe aldılar ve başarıyla sattıkları iyi şarapları üretmeye başladılar.

1983'te Perth'deki teknik bir konferanstan sonra bazı şarap üreticileri Margaret Nehri'ne ziyarete geldiler ve aralarında birkaç Penfolds 1983 Sauvignon Blanc bıraktılar. David bu muhteşem şarabın bir örneğini aldı ve bunun için gerekli üzümün Yeni Zelanda'da nerede yetiştirildiğini bulmaya çalıştı. Kendini ticaret kafası olan biri gibi tanımlamasa da Avustralya'daki diğer kırmızı şaraplardan çok farklı olan bu taze, aromalı şarabın beğenileceğinden emindi.

Tutku Peşinde

Bir şarap fabrikası yönetmenin nasıl olduğunu tecrübe eden aile bağı artık David için yeterli değildi. Yeni Zelanda Sauvignon Blanc üzümüyle karşılaştıktan sonra bunu bir tutku haline getirdi ve bu şarabı yapmaya karar verdi. Ertesi yıl Yeni Zelanda'daki şarap şovuna katıldı ve bu üzümlerin yetiştirildiği bölgeyi aramaya başladı: Güney Adası'nın kuzeyindeki Blen-

ÇEKİM YASASI SECRET

heim yakınlarında Marlborough'ta olduğunu buldu. Görevi bir yıl önce tattığı kadar lezzetli bir Sauvignon Blanc şarabı üretmekti. Bu şarap şovunda Marlborough merkezli ünlü bir Yeni Zelanda şarap firması olan Sleaks için çalışan Kevin Judd'la tanıştı. Kevin, David'in hayalini gerçekleştirmesine ve durumu kavramasına yardım etti. Cloudy Bay'in ilk çalışanı olacak ve daha sonra da şirketi yönetecekti. Kevin tam olarak David'in ihtiyacı olan kişiydi: Marlborough bölgesinde deneyimi olan, Sauvignon ile birkaç yıl çalışmış. Acemi şarap fabrikası güvenli ellerdeydi.

David en iyi bir yıllık şarabı üreterek 1983 ve 1984'te prestijli Jimmy Watson ödülünü aldı. Bu olay yeni girişiminde ona iyi bir destek oldu. Şarap dünyasında saygınlık ve soyluluk kazandı.

Şaraptan para kazanmanın ne kadar kolay olduğuyla ilgili sakayı biliyorsunuzdur: "Şarap dünyasında milyoner olmanın en iyi yolu işe multi milyoner olarak başlayıp servetinizin azalmasını beklemektir." Komik olduğu kadar doğru da olan bu gerçek yeni bir şarap fabrikası kurarken para bulmayı zorlaştırır. 1985'te David, Marlborough'ta bir arsa alma umuduyla Avustralyalı finansörlere yaklaştı ancak zamanlaması çok kötüydü çünkü Avustralya ekonomisi zor bir dönemden geçiyordu. Ayrıca Yeni Zelanda hükümeti üretim fazlası olduğundan üzüm yetiştiricilerin üretimi durdurması için üreticilere 5.000 pound ödeyeceğini duyurmuştu. Ancak kararlılığını koruyan David kardeşinin de yardımıyla 1 milyon pound borç buldu ve Marlborough'ta küçük bir arsa aldı. Sanayideki ünü ve iki Jimmy Watson ödülü olmasaydı bugünkü Cloudy Bay asla oluşmayacaktı.

Bu şekilde Cloudy Bay Şarap fabrikaları kuruldu. Artık David hem toprağa hem de bağa sahipti ancak üzümleri işlemek için gereken fabrika yoktu. Bu nedenle genç iş adamı 40 ton üzümü 400 mil öteye Gisborne'daki Corbans fabrikasına götürmek zorundaydı. Burada ilk parti basılıyor, daha sonra şı-

LYNN GRABHORN

şelenmesi için Auckland'e gönderiliyordu. İlk partilerin çoğu potansiyel pazar ve David'in ünü sayesinde Avustralya'da satıldı. Şaraplarını satmak için piyasada tanındığı herkesle iletişime geçti ve şarapları iyi sattı. Şaşırtıcı bir şekilde bağın ilk şarabı 1986'da Şarap Dergisi'nde en çok oy alan Sauvignon Blanc adını aldı.

Cloudy Bay basit ama unutulmaz tadıyla mükemmel şaraplar üretti. Cloudy Bay adı yerel bir işaretten geliyor. Wairau Nehri yarıklarla Cloudy Körfezi'ni doldurur ve onu kumlu ve bulutlu bir hale getirir. Bu bağın ilk ismi değildi ancak David'in bir diğer işaret olan Farewell Spit'i kullanma fikri şarap için uygun olmadığından anında reddedildi. Bulutlu körfezin farklı işareti Cloudy Bay markasını besler.

Ürünü Yetiştirmek

David düzenli olarak Margaret Nehri'ne gitti, Kevin her gün fabrikayı yönetti ve Cloudy Bay hızlı bir şekilde piyasada yerini aldı. Ertesi yıl Kevin, Cloudy Bay şarap fabrikasını yönetti ve Corbanlar ile yıllık 120 tonluk anlaşma imzaladılar. Milyon dolarını kurtardıktan bir yıl sonra David'in çalıştığı banka iflas etti ve David şarap fabrikasını bitirmek için yeniden para bulmak zorunda kaldı.

Şarap fabrikasının şimdiki yerinde ikinci kaliteli şarap üretilirdi ve İngiltere ve Amerika'ya gönderildi. Yine çok beğenildi. David, Cape Mentelle'deki başarısı sayesinde şimdiden saygı görüyordu.

David'in kişisel yaklaşımı merak uyandırdı: İngiliz şarap uzmanı Hugh Johnson, Cloudy Bay'i "Sauvignon Blanc'ın en ünlü ismi" olarak tanımladı ve ünlü Amerika şarap eleştirmeni Robert Parker da bu görüşe katıldı. Şarap dağıtımının güzel yanı şuydu ki; olumlu eleştiriler alır almaz insanlar ürününüze akın ederdi. David şimdiden çok saygın bir konumdaydı.

Cloudy Bay'in şarap kategorisindeki hızlı yükselişi Kevin tarafından The Telegraph'da şu şekilde açıklandı: "Cloudy

Bay'in doğru zamanda doğru yerde olduğunu düşünüyorum. Mükemmel bir alan bulduk ve her zaman en iyi şarabı üretmeye kendimizi adadık. Cloudy Bay Yeni Zelanda'dan çıkan birkaç kaliteli şarabı üretti ve İngiltere ve Amerika'daki insanların dikkatini güney yarımküreye çekmeyi başardı."

Yeni Zelanda şarapları şimdiden uluslararası ilgi kazanmıştı. 1980'de şarap ihracına piyasaya ilginin yoğun olduğu bir dönemde girdi. Montana ve Hunters da dâhil üzüm bağlarını çevreleyen beş yıllık firmalar bile Cloudy Bay'in ürünleriyle yarışamaz oldular.

Büyüme ve Mükemmelleşme

Acemi şarap evi 1987'de Avustralyalı bağcı Richard Smart'ın yardımıyla gelişti. Richard üzümlerin doğru zamanda olgunlaşması ve yeterli kıvama gelmesi için çok önemli olan güneşlik fikrini önerdi. Richard, "Ben gittiğimde işler çok iyi gidiyordu ama ancak bölgesel ve ticari seviyede" diyor. Ürünü, Cloudy Bay'in deniz aşırı ülkelerde de ilgi görmesini sağlayacak kaliteye ulaştırdı.

Zamanla, Cloudy Bay başarılı bir kadro oluşturdu. Yönetimden bağcılara ve yetiştiricilere herkes çok verimli çalışıyordu. Cloudy Bay zamanla daha çok arsa aldı ve beş farklı şarap fabrikasıyla ilişki kurmaya başladı. Modern şarap teknolojisinin ön sıralarındaki Cloudy Bay bugün halen kullandıkları Scott Henry Trellis Sistemi'ni edindi. Bu sistem daha iyi kıvam sağlar, daha çok güneş ışığı alır ve daha iyi bir olgunlaşma sağlar.

Sauvignon Blanc'in başarısı Cloudy Bay tarihi boyunca devam etti ancak üzüm bağları değişti. 1987'de ilk köpüklü şarapları Pelorus'u sundular ve 1992'de bağ, yabani maya kullanılarak mayalanmış Chardonnay'i sundu. Bu büyük bir başarıydı ve 1996'da Cloudy Bay, Te Koko'yu çıkardı. Chardonnay ve Pinot Noir daha sonra geldi. Bu beş şarap her yıl üretilir. Daha az kaliteli olan Riesling ve Gewürztraminer de üretilmeye devam etti.

Cloudy Bay Kültü

Bu yeni şaraplar büyük başarılar yakalarken, Cloudy Bay'in markası Marlborough bağlarında üretilen Sauvignon'du. Her yıl 60.000 Sauvignon üretiliyor. Çoğunluğu İngiltere ve Avustralya'ya, bir kısmı Amerika'ya gidiyor ve oldukça iyi satıyor. Aslında Cloudy Bay'in özellikle İngiltere'deki şarap uzmanları ve tüketiciler arasında bir nevi "kült" olduğunu söyleyebiliriz. Ancak bu ilgiyi nasıl başardılar? Tabii ki en önemlisi kaliteli olması.

David Hohnen'in başarılı pazarlama yetenekleriyle de oldukça alakalı. Çoğu satıcı fiyatları iki katına çıkarsa da Cloudy Bay şarapları yine de iyi satıyor.

1990'da David, Cloudy Bay'i ve Cape Mentelle'yi Veuve Cliquot şampanyaları sahibi Joseph Henriot'a satmaya karar verince Cloudy Bay büyük bir ilerleme kaydetti. Böylece David işi bir sonraki seviyeye taşıyacak nakit parayı bulacaktı. Avrupa ve Japonya piyasasında ilerlediler ve kaliteli şaraplar üretmeye devam ettiler.

Şimdi Neredeler?

2003'te lüks ürünler devi LVHM, Veuve Cliquot'u satın aldı ve bununla birlikte David'in ilk şaraphanesi Cape Mentelle ve Cloudy Bay'i de almış oldu. David şirketten ayrıldı ve yerine Tony Jordan geldi. Kevin Judd şirkette kaldı. Bu olay da Cloudy Bay'in bu küresel şirketin olanaklarını kullanmasını sağladı. Şimdi 21 Avrupa ülkesinde, ABD'de, Kanada'da, Brezilya'da, Asya'da, Fiji adalarında ve Güney Afrika'da satılıyor. Üzüm bağı da genişletildi. Bu prestijli şampanya devi ve arkasındaki şarap dünyasıyla Cloudy Bay gelecekte de ilerlemeye devam edecektir. Umarız bunu kalitesinden ödün vermeden yapar.

ÇEKİM YASASI SECRET

David'in yeni girişimi kayınbiraderiyle kurduğu bir başka üzüm bağı McHohnen Henry'dir ve kız kardeşi Freya tarafından yönetilmektedir. Liderliği ve Yeni Zelanda ve Avustralya şaraplarını dünyaya tanıttığı için 2007 Len Evans ödülünü kazandı.

Coca Cola Şirketi

İşin Kola Yanı

Kurucular: John Pemberton (yaratıcı) ve Asa Griggs Candler (Şirket Kurucusu)

Başladıkları zamanki yaşları: 55 ve 35

Geçmişleri: Eczacılık ve Satış

Kuruluş Yılı: 1886

Sektör Tipi: İçecek üretimi

Şu an ticaret yaptığı ülkeler: 200'ün üzerinde

Herkes "Hayatın kola yanı" sözünü biliyordur. Marka el yazısıyla kırmızı bir zemine yazılmış bir logodan oluşur. Ve bu işaret İngiliz bar tentelerinden futbol statlarına, Çin mağaza işaretlerinden New York Times Meydanı'ndaki 20 fit uzunluk-taki neon reklamlara tüm dünyada görülebilir. Coca Cola'nın dünyadaki her ülkede olduğunu söylersek abartmış olmayız. Ve tartışmasız dünyanın ilk küresel markasıdır. Hem dünyanın en tanınan hem de en popüler içki markasıdır.

İlaç Yaparken

Bu şaşırtıcı başarı hikâyesinin çok da gösterişli bir başlan-gıcı yoktur. John Pemberton adında Atlanta, Georgia'da yaşa-yan bir eczacı Coca Cola'yı icat etmiştir. 1886'da işçilerin New

York limanında Özgürlük Heykeli'ni yaptığı bir öğlen John arka bahçesinde yeni bir içecek oluşturmak için üç bacaklı pirinç bir kapta farklı malzemeleri karıştırıyordu. Karamel renkli, hoş kokulu bir sonuç elde etti. Fazla heyecanlanmadan komşusu Jacobs'un eczanesine gitti ve burada karbonatlı su ekledi. Müşterilere tattırdığında herkes bunun çok özel bir karışım olduğunu söyledi. Jacobs Eczanesi bu karışımın bir bardağını 5 sente ilaç olarak satmaya başladı. Pemberton yeni içkisinin morfin bağılılığı, hazımsızlık, sinir rahatsızlıkları, baş ağrıları ve hatta iktidarsızlık gibi hastalıkları tedavi ettiğini söyledi.

İlk yıl, Pemberton günde sadece dokuz bardak Coca-Cola satabiliyordu, bu da ona 50 dolar kadar bir para kazandırıyor. Ancak içkiyi hazırlamak ve reklamını yapmak Pemberton'a 70 dolara patlıyordu. Bu nedenle zarar etti. Ancak müşterilerin yoğun ilgisine güvenerek içeceğinin kısa süre sonra kâr edeceğinden emindi.

İlk ismi Pemberton's French Wine of Cola olan içkinin daha lezzetli olması için içindeki alkol şekerle değiştirildi. Adı, muhasebecisi ve bugün halen kullanılan el yazısı logonun sahibi Frank Robinson tarafından Coca Cola olarak değiştirildi. İsim iki anahtar içerikten geliyordu. Koka bitkisinden alınan yapraklar ve kafein miktarı çok olan kola cevizinden. 1905'e kadar tıbbi etkileri için içinde kokain bile bulunuyordu.

Pemberton'un genç şirketi diğer eczanelerde de Coca Cola'nın satılmaya başlanmasıyla büyümeye başladı. İlaç mağazalarına 25 galon şurup sattı ve içeceği satan her dükkanın reklamı artırmak için el yazısı Coca Cola işareti kullanmasını istedi. Pemberton altı yerel iş adamını bu büyümeyi desteklemek için yatırım yapmaya ikna etti.

Coca Cola'nın ünlü reklam kampanyaları başlangıcında yatmaktadır: İçecek yaratıldıktan kısa süre sonra Pemberton, The Atlanta Journal'da insanları bu "yeni ve popüler soda kökenli içkiyi" denemeye çağıran gazete ilanını verdi. Üzücü bir şekilde Pemberton 1888'de öldü. Bu yüzden içeceğinin mil-

yonlara ulaştığını göremedi. Bunu yapan içeceğin haklarını 2.300 dolara satın alan Atlantali iş adamı Asa Griggs Candler oldu. Candler'in işi garantiye alması üç yılını aldı çünkü hasta Pemberton, haklarının bir kısmını bir başka iş adamına satmış ve özel hakları da oğluna bırakmıştı. Bunu açığa çıkarmak biraz zaman aldı.

Candler'in marka için bir vizyonu vardı. Şimdi popüler olan içeceği, içecekten işe çevirmek istiyordu. Şirketin eczaneye olan bağlarını kopardı ve kardeşi John Candler ve Pemberton'un muhasebecisi Frankk Robinson'la ortak oldu. Birlikte 100.000 dolar biriktirdiler ve ikinci adım olarak işe koyuldular. 1891'de Candler işin tüm kontrolüne sahipti ve bir yıl içinde Coca Cola şurubu satışını on kat artırdı. 1892'de şirket birleşti ve Coca Cola şirketi resmi olarak kuruldu.

Yeni reklam kampanyaları kullanarak büyük bir pazarlama kampanyasına başladılar. Gazetelerle ücretsiz Coca Cola tadım kuponları verdiler ve eczacılara kuponla gelen insanlara bir galonu ücretsiz vermeleri şartıyla iki galon şurup önerdiler. Eczacılara markanın ismi olan kap, saat, takvim ve teraziler sağladılar. Bu başarılı ilerleme hemen herkesin sevdiği, merak ettiği içeceğin ilerlemesine neden oldu. Dört yıl sonra 1895'te Candler, Chicago, Dallas ve Los Angeles'ta bu şurup bitkisini yetiştirmek için yeterli talebi alıyordu ve hissedarlarıyla Coca Cola'nın Amerika'daki tüm bölgelerde tüketildiği haberini paylaştı. Bugün bir ürünü ulusalda yaymak kolay olabilir. Ancak o zamanlar ülkeyi dolaşmak günler sürüyordu. Radyo ve televizyon yoktu ve bu nedenle her eyalette mevcut olmak oldukça zordu.

1894'te Mississipili iş adamı Joseph Biedenharn, Coca Cola'yı fabrikasında şişetip Candler'e bir düzine gönderecek Coca Cola sadece bardakla satıldı. Candler bu üründen nefret etti ve hemen reddetti. 1899'da Chattanooga, Tennessee'den iki avukat Benjamin F. Thomas ve Joseph B. Whitehead, Candler'ın içeceği yalnızca bir dolara şişetip

ABD'ye dağıtmasını isteyince tekrar bu önemli gelişmeye baktı. Aslında Candler bu fikrin bir işe yaramayacağından o kadar emindi ki para harcamak istemiyordu.

Bu bugün halen devam eden sıra dışı iş birliği yapısının başlangıcı oldu. Coca Cola şirketi konsantre dediği şurubu dünya genelindeki tüm müşterilere sundu. Bu müşterilerden bazıları restoranlar ve barlardı. Bir kısmıysa şuruba karbonatlı suyu ekleyen ve şişeleme fabrikalarıydı.

Thomas ve Whitehead, Chattanooga ve Atlanta'da şişeleme fabrikaları açmaya başladılar ancak kısa süre sonra şişelenmiş Coca Cola'yı ülke genelinde dağıtmanın daha kolay bir yolu olduğunu öğrendiler. İki Chattanooga'lı avukat birleştiler ve ABD topraklarını üçe ayırıp şişeleme haklarını yerel girişimcilere satmaya başladılar. Bu avukatların ihtiyacı olan anapara miktarını kısmakla kalmadı. Her girişimci kendi parasını kullandığından aynı zamanda yerel bilinç ve bağlılık sağladı. İlk lisanslı şişeleme 1900'de başladı ve 1909'da ülkede 400 Coca Cola şişeleme fabrikası vardı.

Yüzyılın sonunda Candler, Coca Cola'nın satışını 1890'da kinin 40 misline çıkarmıştı. Devam eden reklam kampanyaları ve ücretsiz örnekleri Coca Cola adının tüm Amerika'da duyulmasını sağladı.

Deniz Aşırı İlerleme

İçecek ilk defa Candler'in oğlu Charles'la deniz aşırı ülkelere gitti. Bir Londra yolculuğunda, Charles yanında bir sürahi şurup ve beş galonluk sipariş götürdü. Coca Cola ilk defa İngiltere'de 31 Ağustos 1900'de satıldı ve Selfridges ve London Coliseum'da satılacak kadar beğenildi.

Şişelenmiş içeceğin ABD'deki başarısından sonra Coca Cola şirketi şişeleme yetkisini, deniz aşırı ülkelere de vermeye karar verdi. İlk uluslararası şişeleme fabrikası 1906'da Kana-da, Küba ve Panama'da başladı. Daha sonra 1912 ve 1917'de Filipinler ve Guam geldi. ABD'de çok başarılı olduğundan

Candler yeni ürünleri bir kampanyayla desteklemeye karar verdi. Açık kırmızı logonun tüm mağaza ve kafelerde olmasını sağladı.

Coca Cola'yı şişeleme hakkı verilen çoğu ülke bira üreticisiydi. Bira üreticileri zaten şişeleme üzerine uzman olduğundan bu işlem oldukça kolay ve hızlı oldu. Ayrıca kendi müşterilerine bu ürünü de tanıtmaya olanakları vardı, ki bu da Coca Cola'nın mağazalarda, barlarda ve restoranlarda daha hızlı yayılmasını sağladı.

İçecek çok iyi bilinmeye başlandı. Kaçınılmaz olarak rakipleri çıkmaya başladı ancak hiçbiri içeceğin özenle saklanan tam tarifini bilmiyordu. Coca Cola şirketi müşterilerin farklı bir ürün tadıp bunun "gerçek içecek" olacağına inanacağından korktuğu için farklı bir şişe kullanmaya karar verdi. 1916'da tasarım yarışmasından sonra şimdiki ünlü dizayn Terre Haute, Indiana'daki Root Glass Şirketi tarafından yapıldı. Kazanan tasarım çarpıcı görünümü, orijinal tasarımı ve karanlıkta bile insanların kolayca fark edebileceği yaratıcı bir dizaynı olan bir tasarımdı.

Yeni Liderlik, Yeni Vizyon

Yaklaşık 30 yıl sonra içeceğin başarılı ve önemli gelişmesinden sonra Candler, şirketi 1919 yılında Ernest Woodruff'a 25 milyon dolara sattı. 1923'te oğlu Robert başkan oldu. Şirket Delaware birliği olarak yeniden birleşti ve New York borsasındaki 500.000 adetlik hissesini 40 dolara halka satarak yer aldı. Coca Cola şimdi ABD'de çok iyi bir yerdedir. Woodruff'ın görevi küreselleşmekti ve vizyonu "istendiği an ulaşılabilen" bir marka yaratmaktı.

1920 ve 1930'lar boyunca Woodruff uluslararası ilerlemeye önem verdi. 1923'te Woodruff yönetime geldiğinde Coca Cola Kuzey Amerika'da oldukça yerleşmişti, Güney Amerika'da şişeleme fabrikaları vardı ve Fransa'da ilk Avrupa şişeleme

ÇEKİM YASASI SECRET

fabrikasını açmıştı. Woodruff'ın yönetimindeki Coca Cola; Guatemala, Honduras, Meksika, Belçika ve İtalya'da fabrikalar açtı. Coca Cola'nın yayıldığı her ülkede yaratıcı, canlı ve kültürel reklam kampanyaları oluşturuldu.

1928'de Woodruff'un, Amsterdam'daki olimpiyat oyunları ile ortak olması çok önemli uluslararası bir olay oldu. Yüzlerce Coca Cola şişesi ABD takımına eşlik etti ve içecek olimpiyat stadında satıldı. Satıcılar Coca Cola logosunun olduğu şapka ve yelekler giyiyordu ve içecek etraftaki kafelerde, restoranlarda ve mağazalarda satılıyordu. İkinci Dünya Savaşı başladığında Coca Cola 44 ülkede mevcuttu. Ticaret dehası Woodruff şirketin başarılı ama kısıtlı çizgisini oluşturdu. Altı paketlik taşınabilir ve insanları satın almaya teşvik eden paketler oluşturdu. Coca Cola 1929'da otomat makinelerde mevcuttu ve 1930'da radyoda reklamı yapılmaya başlandı.

1931'de Noel boyunca Coca Cola'nın ünlü kırmızı Noel Babası ortaya çıktı. Çok eskiden yeşil olarak atfedilen Noel Baba imajını ortadan kaldırdı.

Cola'nın Savaş Dönemi Çabaları

İkinci Dünya Savaşı boyunca Coca Cola üretime devam etti. Masrafı ne olursa olsun dünya üzerindeki her yerde beş sente içeceği sattı. Orduya kola sağlamak için şişeleme fabrikaları açıldı. 29 Haziran 1943'te General Eisenhower'den gelen ricayla üç milyon Coca Cola ve bir ayda iki katını üretecek kapasitede malzemeye 10 şişe fabrika malzemesi Kuzey Afrika'ya gönderildi. Savaş esnasında 64 şişeleme fabrikası açıldı. Savaş alanına taşınabilir büfeler kuruldu ve Avrupa ve Pasifik genelindeki insanlar ilk defa bu içeceği denediler. Savaş süresince kullanılan bu şişeler daha sonra Amerikalılar gittikten sonra bile içeceği satan yerel halk tarafından kullanıldı.

Küresel Büyüme Promosyonu

Savaş sonrası Amerika, Coca Cola'nın büyümesi için mükemmel bir yerd. İnsanlar tasasız bir hayat sürüyordu ve Coca Cola'nın reklamı bu arzuya ayna tuttu. şık sevgili ve mutlu aile imajları kullanıldı. Coca Cola soda kökenli olarak servis edilmeye devam etti ve dondurma bölümünde menülere eklendi.

Şimdiye kadar şirketin bir tane ancak çok başarılı bir ürünü vardı. Yeni tatlar denemeye başladı. 1950'de Fanta'yı tanıttı. Daha sonra Sprite-1961, TAB-1963 ve Fresca-1966 geldi. 1960'da Minute Maid Şirketi'ni satın aldı. Daha büyük şişeler ve metal kutular da 1960'da çıkarıldı.

1950 ve 1960'larda çoğu ülkede şişeleme fabrikaları kuruldu. Bunlar arasında Kamboçya, Paraguay, Macao ve Türkiye vardır. 1970 ve 1980'deki ekonomik patlama süresince Coca Cola'nın çoğu küçük işletmesi büyüyen uluslararası müşteri kitlesine daha iyi hizmet vermek için büyük güçlere katıldı. 1969'da Coca Cola satışları, ilk defa uluslararası alanda ABD satışlarının üstündeydi.

1971'de Coca Cola dünyanın her yerinden gençlerin İtalya'daki bir tepede "Dünyaya bir kola almak isterdim" şarkısını söylediği özel bir televizyon reklamı yaptı. Ve henüz küreselleşmeden nasibini almamış bir dönem için bir birlik ikonu gibi görüldü. 1978'de Çin Halk Cumhuriyeti Çin'de satışına izin verilen tek içki olarak Coca Cola'yı kabul etti.

Zeki Risk Alımı

1981'de Robert C. Goizueta yönetici başkan ve Coca Cola'nın CEO'su oldu ve şirketi "akıllı risk alımı" olarak adlandırdığı bir stratejiyle yürütmeye karar verdi. Bu 1982 bağımsızlık gününde Coca Cola markasının ilk genişlemesi olan diyet kolanın tanıtılmasıyla başladı. Coca Cola'nın rakibi Pepsi 1963'te kendi diyet ürünlerini sunmuştu. Kısmen daha geç olmasına rağmen iki yıl içinde Coca Cola dünyadaki en düşük kalorili içecek oldu. Daha sonra kafeinsiz kola ve kirazlı kola

geldi. Goizueta'nın en riskli yeniliği 1985'te 99 yıllık tarihinde Coca Cola'ya ilk değişikliği yaptığı oldu. Yıpranmayan bir şey neden yenilenir ki? Ama yıpranıyordu: İkinci Dünya Savaşı sonrasında Coca Cola'nın piyasası % 60 azalmıştı. 1983'te de rakibi Pepsi nedeniyle % 24 azalmıştı. Pepsi, Amerika sokaklarında çoğu insana daha tatlı olan Pepsi'yi sunarak Coca Cola'nın başarısını doğrudan azalttı. Süpermarket satışlarında Pepsi, Coca Cola'yı geçmişti.

Pepsi çok çabaladı ancak piyasada başarılı olamadı. İnsanlar eski kolalarını geri istediler. Coca Cola 40.000 mektup aldı ve telefonları kitlendi. Şirketin piyasa hissesi % 1.4'e düştü. Pepsi kendini kola savaşının kazananı olarak görüyordu. Şirket bekledi ve yeni koladan 79 gün sonra tekrar eski Coca Cola'yı sunmaya başladılar ve Coca Cola Klasik adını verdiler.

Dönüşü çok önemliydi: ABC haber spikeri Peter Jennings izleyenlerle haberleri paylaşmak için programına düzenli aralar verdi ve ABD Senatörü David Pryor bu dönüşü "Amerika tarihinde önemli bir an" olarak adlandırdı. Daha da önemlisi, satışlar arttı, ilk sıraya geldi ve o günden sonra asla düşmedi. Yeni kola yavaşça ortadan kalktı ve bugün halen orijinal tarif kullanılıyor.

Şişeleme fabrikalarını idare altına almak için şirket 1986'da Coca Cola Enterprises Inc.'i kurdu. Bu yeni şirket şişeleme ortakları buldu ve kolanın uluslararası ihtiyaçlarını karşılayacakları konusunda anlaştı. Şirket bugün de halen aynı yöntemi izliyor: Coca Cola yerel şişe fabrikalarıyla çalışıyor. Bunlardan bazıları halk şirketleri, bazıları bağımsız ve bazıları aile şirketi. Önemli olan şu ki çoğu Coca Cola'ya ait değildir. 1985'te Coca Cola Sovyetler Birliği'ndeki ilk bağımsız firma oldu ve 1990'ların başında Doğu Avrupa'da şişeleme fabrikaları inşa etmeye başladı.

Yükseklere Çıkmak

1990'lar boyunca kola olimpiyat oyunlarına, FIFA Dünya Kupasına, Rugby Dünya Kupasına ve Ulusal Basketbol Birliğine sponsor olarak spor dünyasında yerini yaptı. 1993'te "Her zaman Coca Cola" reklamı yaratıldı.

Coca Cola'nın ticaret yaptığı son ülkelerden biri Hindistan'dı. 1993'te Hindistan marka konusundaki yasalarını değiştirdi ve Coca Cola satışa başladı. Kalabalık ve sıcak bir ülke olan Hindistan ulusal büyüme için çok verimli gözüküyordu ancak bu beklentileri karşılamadı. Bu yavaş ilerleme Hint markaları Limca, Maaza ve Thums Up'la daha da yavaşladı.

1999'da Coca Cola şirketi İngiltere de dahil çoğu ülkede halihazırda olan Cadbury Schwepps şirketini satın aldı. Böylece ürünler Coca Cola, diyet kola, kirazlı Coca Cola, Fanta, Sprite, Lit, Five Alive ve Schweppes olarak arttı.

Şimdi Neredeler?

Coca Cola şirketinin şimdi 400'den fazla markası var ve her gün 1.5 milyar içecek satar. Kurulduğu günden bu yana 10 milyar galon şurup üretmiştir. Coca Cola'nın olduğu tüm ülkeler arasında en çok tüketimin olduğu Meksika ve İzlanda'dır. Şirkette 90.000 kişi çalışır ve başkan ve CEO Muhtar Kent tarafından yönetilir. Kuruluşunu kutlamak için 2007 yılında markaya ithaf edilen bir yer olan ve Atlanta'daki en önemli turist merkezi The New World of Coca Cola açıldı.

Şimdi çoğu pazarda önemli bir küresel marka olan Coca Cola yeni zorluklar yaşıyor. Çoğu gelişmiş ülkedeki değişen alkolsüz içecek talepleri ve Çin gibi hızla önemi artan ülkelerdeki büyük ve hızlı büyüme bunlardan birkaçı. Coca Cola geniş marka listesini büyötmeye devam ediyor. 2005'te Coke Zero'yu tanıttı ve su ve çay şirketleri gibi kazanımları oldu. Son zamanlarda, Coca Cola dayanıklı kıyafetlerden oluşan ilk

ÇEKİM YASASI SECRET

kıyafet ürünün tasarladı. Bugün Coca Cola'nın % 70'i ABD dışında satılıyor ve artan kâr oranına göre Coca Cola hisse fiyatları artmaya devam ediyor.

Green & Black's

Çikolata kadar tatlı

Kurucuları: Craig Sams ve Josephine Fairley

Başladıkları zamanki yaşları: 47 ve 35

Geçmişleri: Restoran İşletmecisi ve Gazeteci

Kuruluş Yılı: 1991

Sektör Tipi: Çikolata imalatı

Şu an ticaret yaptığı ülkeler: 20 ülkeden fazla

Green & Black dünyadaki en hızlı büyüyen çikolata markası oldu. 1991'de Belize'deki Maya yerlilerine destek olmak amacıyla kurulan şirket şimdi bir yılda 40 milyon poundluk çikolata satıyor ve ABD, Avustralya ve Güneydoğu Asya'da üretimi var. Hikâyesi, yenilik, ahlak, iş ve adalet kavramlarının bir karışımı. Kısacası doğru zamanda doğru ürünün, özgüven ve tutkuyla nasıl başarılı bir oluşturulabileceğinin mükemmel bir örneği.

Daha sonra, dondurma, tahıl barı, bisküvi ve çikolata içecekler de ürettiler. Şirket Belize'den ve Dominik Cumhuriyeti'nden gelen organik kakao tohumlarını kullanıyor. Green & Black dünyadaki organik kakaonun üçte birini kullanmaktadır.

ÇEKİM YASASI SECRET

2005'de şekerleme devi Cadbury Schweppes ile rekabet eden marka, Cadbury ile birlikte en önemli markalardandır. Green& Black organik çikolata piyasasına egemendir. 1991'de Portobello pazarındaki tezgâhlarından İngiltere'nin Waitrose, Sainsbury ve Tesco gibi büyük yiyecek mağazalarına gelmişlerdir. Merkez ofisi Londra'dadır. Çikolata İtalya'nın Como bölgesinde bir aile şirketince yapılmaktadır.

Bir ısıruk her Şeyi Değiştirir

Kurucu ve karı koca takım Craig Sans ve Josephine Fairley etik yiyecek piyasasına yabancı değillerdi. Craig'in hippie moda geçmişi vardı ve 1972'de Portobello Road'da İngiltere'nin ilk organik fırını Ceres'i ve ayrıca 1967'de Notting Hill'de İngiltere'nin ilk makrobiyotik restoranını kurmuştu. Cesur bir yenilikçi olan Craig kahverengi pirinç ve tamariyi (buğdaysız soya sosu) tanıtmış ve jöleleri tatlandırmak için şeker yerine elma suyu kullanma metodunu bulmuştur. Ayrıca dünyanın ilk tam fındıklı fıstık yağı olan Whole Earth'ı yapmıştır. Ayrıca organik ve sağlıklı tarıma kendini adayan İngiliz Yağ Birliği başkanıdır.

Aslında 1971'de The Shapper's Guide to Saving'teki "yeşil yaşayın" makalesinden etkilenen Josephine, The Times Gazetesi'nin çevre sorumlusudur ve köşesinde organik yaşama hakkında yazılar yazmaktadır. Yani bir kişi dünyaya heyecanlı, etik ve gerçek yeni bir çikolata sunacaksa bunlara Craig ve Josephine olmalıydı. Gerçek çevre gönüllüleri ve çikolata tutkunları olarak bazı etik kuralları yıkmak istiyorlardı.

İlk adım çok basitti. Josephine, Craig'in masasındaki % 70 çikolatalı siyah çikolatanın yarısından çoğunu yeme gaffetinde bulunur. Organik kakao tanelerinden yapılan bu çikolata Craig'e bir örnek olarak gönderilmiştir. Josephine İlk ısırukta çikolataya âşık olmuştur ve çift dünyanın ilk organik çikolatasını yapmak için keşif gezisine çıkmışlardır.

LYNN GRABHORN

Josephine bu geziyi kurucuların kitabı "Sweet Dreams, The Story of Green & Black's"de (2008) anlatır. "Bu kare siyah çikolata parçası dilime değere değmez çikolata cenneti arayışının sona erdiğini anladım."

İlerleme

Portobello'daki Whole Foods Şirketi'nin yönetiminde satışlarda ve dağıtımda engeller vardı. Gazetecilik deneyimleri sayesinde Josephine organik, % 70 katıksız kakaonun iyi haberi olduğunu biliyordu. O pazarlama işinden sorumluydu ve işe başlamak için 20.000 pound nakit gerekiyordu. Bu sorumluluk onu korkutuyordu. İş isim bulmaya geldiğinde, klas ve şekerlemecilikte anlam ifade eden bir şey bulmak istiyorlardı. Charbonnel & Walker ve Callard & Bowser gibi markalardan sonra onların markasının da bir & içermesi gerektiğinde karar kıldılar. "Yeşil" etik duruşlarını ve "Siyah" % 70 kakaonun karlılığını vurgulayacaktı. Böylece Green & Black doğdu. Craig ve Josephine bu buluşun onları başarılı bir şirket sahibi yapacağından eminlerdi. Zamanlamaları çok doğruydı. Satıcılar sağlıklı yiyecekler satmak için can atıyorlardı ve dünyanın ilk organik çikolatasına yoğun ilgi gösterdiler. Craig asıl zor olanın gerçek çikolata tüketicilerini Green & Black çikolatalarını almaya ikna etmek olduğunu itiraf ediyor. Gazeteci, çikolata sever ve kadın olan Josephine Green & Black'ı suçsuz çikolata olarak atfederek mükemmel bir çıkış yaptı. Başlangıçları büyük bir başarıydı.

Lady Sainsbury'nin bir tavsiyesi üzerine Sainsbury, Green & Black'i alan ilk süpermarketti. Daha sonra Safeway geldi. Lezzeti ve ünü kulaktan kulağa yayıldı. Pazarlama bütçeleri olmadığından Londra'da, Almanya'da ve Amerika'da tezgâhlarda ürünlerini satmaya başladılar. İşler yavaş ilerliyordu ama şirket Danimarka, Finlandiya, İsviçre, Avustralya, Yeni Zelanda ve ABD gibi ülkelerde ilgi kazandı. Çokça borcunu çıkardı.

ÇEKİM YASASI SECRET

Masraflı ve yorucu olmasına rağmen buna değerdı. Kurucular Sweet Dreams'de bunu şöyle ifade ediyor: "Rekabet size bağılı olduğundan zirveye gelirsiniz. İletişime geçmek zorundasınız. Çikolatamızın potansiyel olarak İngiltere dışına çıkması oldukça yürek isteyen bir işti."

Baharat Katmak

1994'te Belize'ye yaptıkları geziden etkilenen Craig ve Josephine çikolatalarına baharat ve turuncgil katmayı denemeye karar verdiler. Sonuç tören dansları sırasında içilen geleneksel Maya içkisi "kukuh" a benziyordu. Altı ay Sainsbury'nin stoklarında yer alan "Maya Gold" Orta Amerika Belize'de üretilen kakaoyla yapılyordu. Orijinal 100 mg Maya Gold çikolataşı, 1994'te İngiltere'de ilk Fairtrade ödölünü alan üründü. Bir yıl sonra Maya Gold orijinal konseptinden çıkıp ulusal dağıtıma başladı ve tüm dünyada ilgi gördü.

Başarılarından mutlu olan çift 1990'ların sonunda daha çok Green & Black çikolataşı üretmeye başladılar. Süt, fındık, kuş üzümü eklendi ve naneli ve beyaz çikolatalar yapıldı. Satış için en iyi havayı (kuru) ve en kötü havayı (karlı ve sıcak) buldular ve markalarını büyötmeye çalışırken dondurma dalının onlar için uygun olduğuna karar verdiler. Birçok ödöl kazandılar. Bunlar arasında Worldaware Ödölü, Organik Yiyecek Ödölü (1993, 1995, 1996) ve 2008'de kazandıkları Good Housekeeping ödölü vardır. Ayrıca 1992 Etik Tüketici Birliğı'nin Etik Ürün Ödölü'nün de ilk kazananlarıdır.

Yatırım

1996'da New Covent Garden Soup markasının girişimcisi William Kendall ile birlikte Nick Beart'ın da bulunduğı 11 sponsor, Green & Black'ın % 80'lik hissesini satın aldılar. O zaman, 2 milyon pound ciro yapmasına rağmen çikolata üreticisi zarar ediyordu. Yatırımcılar kurucuların % 30'dan az pay almasında ısrar ettiler böylece İngiltere kanunlarına göre zor-

luk çıkartamazlardı. Böylece Sams ve Fairley hisselerinin % 80'ini 4 milyon pounda sattılar ve % 20'lik hisseyi kendilerine ayırdılar. Lider değışimi zor olsa da bunun iş için gerekli olduğunu düşünüyörlardı. "Bebeğimizin emin ellerde olduğundan emindik ve onu bakıp büyütecekleri yetenek ve paraları vardı." Kendall ile birlikte iş büyümeye devam etti ve 2005 Şubat'ında ciro 22.4 milyona ulaştı.

Kendall şirketi küresel bir şirket haline getirmek istiyordu. Green & Black'ın değıerlerine inanmasına rağmen şirketin zarar etmesinin Maya çiftçilerine bir yararı olacağını düşünmüyordu.

Craig başkan yapıldı, yeni bir PR firması getirildi ve CEO olarak Kendall pazarlama görevini üstlendi. Ancak Josephine'nin temel görevi ulaşım sorunlarıydı. Sonuç olarak Craig'in rehberliğı ve onun tavsiyeleriyle ya kontrol ya da para sahibiydiler, ancak ikisi birlikte değıildi. "Etik iş" ahlakını sürdürmelerine rağmen Kendall çıkarıcı bir yaklaşım içindeydi. Bilinçli olmaktan çok kaliteli olmanın uzun süre ayakta kalmalarını sağlayacağına inanıyordu. Financial Times ile yaptığı bir röportajda şunları söylemiştir: "Gerçekten iyi bir ürün odaklı bir iş inşa etmelisiniz. İşinizi etik değıerler üzerine kuramazsınız çünkü birisi çıkıp sizden daha etik olabilir."

Şimdi Neredeler?

2005'teki Cadbury anlaşmasından sonra Kendall, Belize'deki kakao işçilerinin hayatlarını satmak ve riske atmak suçlarıyla karşılaştı. Ancak o bunu hissedarlar için yaptığını söylüyor. Yatırımlarının iyi bir sonuç getirmesi onun görevi. Cadbury, Schweppes'in küresel ağırlığıyla Green & Black parasını yönetmesi için ABD piyasasına verebilir. Lindt gibi hâlihazırda ünlü şekerleme markaları İngiliz süpermarketlerinde satılmaktadır. Yani zarar etmeleri büyük olasılıktır.

Cadbury etik iş anlayışına sadık kalma konusunda ısrarlı. İlginç bir şekilde, Cadbury'nin kurucuları Quaker (Bir Protestan

ÇEKİM YASASI SECRET

mezhebi) mensubu ve sonuç olarak sosyal adalet savunucularıdır. Peki kurucular Cadbury'nin işi devir almasıyla ilgili ne düşünüyor? Josephine "Bana şirketi kime satmayı istediğimi sorsaydınız Cadbury derdim. Böyle mükemmel bir alıcı bulduğumuz için çok şanslıyız. Çünkü çoğu iş patron ya da yatırımcı iyi hissettiren bir sonuçtansa maksimum kârla ilgilenir" demiştir.

Craig ve Josephine şimdi yeni organik girişimleri Hastings'deki Judges Fırını ile ilgileniyorlar. Green & Black gibi fırın da doğal ürünler ödülleri almaktadır. Craig, Yağ Birliği başkanlığından ve Green & Black yöneticiliğinden ayrıldı. Cadburdy onlara markalarını genişletmeleri için mükemmel bir fırsat sundu. Yeni çikolata karışımlarının ne olacağı büyük merak konusudur.

IKEA

Bir Mobilya İmparatoru

Kurucu: Ingvar Kamprad

Başladığı zamanki yaşı: 17

Geçmişi: Çocuk girişimci, kibrit satıyor

Kurulduğu yıl: 1943

Sektör tipi: Mobilya perakendeciliği

Şu an ticaret yaptığı ülke sayısı: 36

Ciro: 16.8 milyar pound (30 milyar dolar)

IKEA'yı muhtemelen seviyorsunuz, muhtemelen bir kere gitmişsinizdir ve modüler mobilyalarını birleştirmek için saatler harcamışsınızdır. Bu büyük ve başarılı şirketin 17 yaşındaki bir çocuk tarafından kurulduğunu ya da onun ahlaki değerlerinin çok değişik ve tutkulu bir şirket kültürü oluşturduğunu bilmiyor olabilirsiniz.

Genç Yaşta Başlangıç

İş hayatını ve ahlaki değerlerinin belirleyecek 1930 Büyük Bunalım'ından birkaç yıl önce Ingvar Kampard 1926'da Güney İsveç'te, Smaland, Agunnaryd köyünde doğdu. Büyük küresel ekonomik belirsizlik ve uzun mutfak sıralarında Elmtaryd denilen bir çiftlikte büyüyen Ingvar kısa sürede

hırsızlığın değerini anladı ve erken yaşta girişimcilik ruhu oluştu.

Sadece 5 yaşındayken, Ingvar bakkaldan kibrit alıp satmaya başladı. Bu olaya kısa sürede bağımlı hale gelen çocuk tükenmez kalem, dolma kalem, Noel kartları, balık, bahçe tohumları ve kırmızı yaban mersinini satmaya başladı.

Leading by Design, the IKEA Story'de "Sanırım iş dünyasına bu kadar erken adım atığım için biraz tuhafım. Teyzem bana ilk kibrit kutusunu almam için yardım etmişti. Stockholm'deki pazardan 88 kutuyu 88 krona alıp 2,3 hatta bazen 5 krona satıyordum ve böylece her kutudan bir ya da iki kron kâr ediyordum. Halen o güzel hissi hatırlayabiliyorum. O zamanlar beş yaşından fazla değilim" diyor.

Halen şaşırtıcı olan ise Ingvar'ın kötü bir aile geçmişi olmasına rağmen başarılı olmasıdır. Baba gibi sevdiği büyükbabası gibi, amcası Erich de cinayet işlemiştir. Sonra annesi 53 yaşında kanserden ölmüştür ve daha sonra acımasız anneannesinin elinde büyümüştür. Dahası Ingvar disleksiktir. Kamprad'ın da itiraf ettiği gibi ticaret onun kanınıdır. Annesi Almhult'taki önemli bir tüccar aileden gelmektedir. Annesinin babası ve Kamprad'ın çok sevdiği büyükbabası Carl Bernard Nilsson Almhult'un en büyük köy mağazasına sahiptir.

Kampard'a göre: "Dört ya da beş yardımcılı bir köy mağazası, ringa balığı, şekerleme ve deri kokusu... Cennet ve dünya arasındaki her şey buradan alınabilirdi. Dinamit bile. Büyükbabam asla benden bir şey istemedi ve bazen tüm günümü mağazada geçirirdim. Ne yazık ki benim yarattığım dünyada da iş hayatındaki kadar kibardı. Bana ödeme yapmak ona zor geliyordu. CB Nilsson artık yok ama IKEA bir nevi onun yerini almış durumda."

IKEA Başlıyor

17 yaşındayken okuldaki başarısının bir ödülü olarak babası Ingvar'a biraz para verir. Ingvar bu parayı IKEA adı-

nı vereceği işi kurmak için kullanır. Bu eşsiz ad kendi adının baş harflerinden ve kalbinde hissettiği yerlerin adından gelir. I Ingvar'dan, K Kampard'dan, E Elmtaryd'dan ve A Agunnaryd'dan. Böylece Ingvar 1943'te IKEA'yı kurar ve mektup siparişiyle eşya satmaya başlar. Satacak eşya bulmak için İsveç'in güneyini gezer ve ürünlerini mektup ile pazarlamaya başladığında IKEA kataloğu tohumları atılmıştır. Askerlik hizmetini yaparken de işine devam etmiştir ve albayından daha çok mektup almıştır. 1948 iş için anahtar yıldır. Ingvar evinin yakınında yerel üreticilerce yapılan mobilyaları seçenек olarak sunmaya başlamıştır. Sonra kanepeler ve kesme cam avizeleri pazarlamak için küçük bir broşür, IKEA News'i hazırlamıştır. Disleksisi yüzünden sipariş numaralarını hatırlamakta zorlanmış ve mobilyalara kendi adlarını vermenin daha kolay olacağına karar vermiştir (Bu BILLY kitaplığını açıklıyor). Yataklar, gardirop ve salon mobilyaları Norveç yer isimlerini; sandalyeler ve masalar erkek adlarını; malzemeler ve perdeler kadın adlarını ve bahçe mobilyaları İsveç ada isimlerini almıştır.

İş büyümektedir. Ertesi yıl Ingvar bu büyümeyle baş edebilmek için ilk çalışanını işe almıştır. İki yıl sonra sekiz çalışan olmuştur. 1951'de şirket ilk IKEA kataloğunu yayımlamış ve sadece mobilya ve ev mobilya ürünlerine odaklanmaya karar vermiştir. Bu başarılı olmuştur ve iş oldukça hızlı büyümüştür. 1959'da şirketin 100 çalışanı vardır. Ingvar, Leading in Design'da bu kararını şöyle açıklıyor: "Şans eseri rekabetçileri taklit etmek için girdiğim mobilya sektörü kaderimi belirledi. Hayatımdaki hiçbir olay beni bu kadar mutlu etmemiştir. İlk baştaki amacım tamamen ticariydi; mümkün olduğunca ucuza mümkün olan en iyi mobilyayı satmaktır. İlk şikâyetler başlangıca kadar kalitenin eksik olduğunu fark etmemiştim. Bir gün bu beni ciddi kararlar almaya ve başka bir yol seçmeye zorlayacaktı."

Yeni Bir Yol

1950'lerin başında mektup sipariş sistemi oldukça rekabetçiydi. Fiyatların azalmasına ve bunun karşılığında kalitenin düşmesine neden oluyordu. Bu ne üretici, ne de müşteriler için iyiydi. Bu IKEA şirketinde yenilikçi ve mantıklı değişiklikleri teşvik etti. Bu şekilde müşterilerin mektup siparişinin aksine ürünü satın almadan önce görebileceği, kalıcı bir yer açma kararı verildi. Ingvar IKEA'nın ilk mağazasını İsveç Almhult'da 1953'te açtı. IKEA mağazasının amacı ulaşılabilir, iyi üretilmiş eşyaları müşterilerin görmesini ve dokunabilmesini sağlamaktı. Ingvar "Mektup siparişi ve mobilya mağazası bir arada. Bil-digim kadarıyla, bu fikir başka bir yerde kullanılmamıştır. Biz ilkiz" diyor. Sonuç hızlı ve etkileyiciydi. Müşterilere girişte kahve ve çörek sunma fikrinin de bunda bir etkisi vardı. Bugün IKEA'nın ünlü mağaza içi restoranlarının temelini oluşturdu. Bir başka önemli kararsa rekabet korkusu nedeniyle alındı: 1965'te rakipleri IKEA'ya karşı silahlanıp fiyatlarını azaltır, destek verenleri IKEA'yı boykot etmeye teşvik ederken Ingvar ustaca bir hamleyle bu tehdidi bir şansa dönüştürdü ve kendi mobilyalarını tasarlamaya başladı.

Devrim Yaratan Modüler Mobilya

Öncü modüler mobilya konseptleri aniden akla gelen bir fikirdi ve şirketi bir efsaneye çevirdi. Draughtsman Gillis Lundgren tahta bir masayı arabaya yerleştirirken zorlandı ve "Aman Tanrım! Hadi bacakları çıkartalım ve altına koyalım" dedi. Einstein'ın izafiyet teorisiyle birebir aynı olmasa da IKEA için çok önemli bir gelişme oldu. Şimdi paketlenip sonra birleştirilmek üzere mobilya tasarlayıp üretiyor. Bu da işçi masraflarını, kargoyu ve depolamayı müşteriye bırakıyor ve sonuç olarak rakiplerinden düşük fiyata mobilya sunuyor. Mali yönünün yanı sıra, modüler mobilya icadı çevreye de yararlı. Daha çok paket bir kamyonu sığdığından yolda daha az kamyon olacaktır. IKEA'nın modüler mobilya tasarımı 2006'da 50. yılını kutladı

ve mobilya sektöründe başka kişilerce de kullanıldı. Bundan birkaç yıl sonra, IKEA hızlı bir şekilde uluslararası alanda büyüdü. Modüler mobilya fenomeni mobilyaların oldukça ucuza yüklenip gönderilebileceği anlamına geliyordu. Müşteriler kendi mobilyalarını evlerinde birleştiriyordu. IKEA neredeyse her yıl yeni bir ülkede açıldı. 1969 Danimarka, 1973 İsveç, 1974 Almanya, 1975 Avustralya, 1976 Kanada, 1977 Avusturya ve 1979 Hollanda. Yöntem basit ama stratejikti. IKEA öncelikle bir destek verenle işe başlıyor ve ilişkilerini geliştiriyordu. Daha sonra yasal, kültürel, ekonomik ve politik destek alıp mağazasını açıyordu. 1965'te IKEA zamanının en büyük mağazasını İsveç, Stockholm'de açtı. Mağazanın modeli New York Guggenheim müzesinde gösterilmektedir. Açılış tam bir olay olmuştur ve milyonlarca müşteri gelmiştir. Büyük başarısı self servis bir ambarın açılmasını sağlamıştır. Mobilya sektöründe oldukça yeni bir konsept ve IKEA ahlak değerlerinin önemli bir bölümü. Müşteriler kendi servislerini kendileri yapıyor.

İş Patlaması

Paris'te ilk IKEA mağazası 1981'de açıldı ve bir yıl sonra Ingvar şirketin yapısını değiştirmeye karar verdi ve IKEA Grup oldu. Böylece IKEA özel kaldı. Ingvar bunun bir halk şirketinden daha hızlı karar almalarına ve böylece büyümelerine yararlı olacağını düşünüyordu. Büyümenin yanında gelişme de geldi. Birçok ikonlaşmış IKEA mobilyası yapıldı. 1976'da POEM sandalyelerinden 1978'de BILLY kitaplığına her şey yine Ingvar'ın unutulmaz ürün adlarına göndermede bulunur. İşin büyümesiyle Ingvar'ın hayattaki amacının insanların hayatı olduğu gibi ilahi bir inanç ortaya çıktı. Buna o kadar inanılıyordu ki 1976'da çalışanlara Noel hediyesi olarak verilen ve şimdi her yeni katılan çalışana verilen The Testament of a Furniture Dealer adlı kitapta IKEA hakkındaki görüşlerini yazmış-

ÇEKİM YASASI SECRET

tır. 1984'te IKEA katalogu 45 milyon kopyaya yükselmiştir. Bugün 190 milyonluk baskısı ve 9.500 ürün sayısı ile dünyanın en büyük kataloguna sahiptir.

Şimdi Neredeler?

Ingvar Kamprad ailesine ve komşularına kibrit satmaktan 24 ülkede 253 mağaza ve 12 ülkede 32 bayisi, 9,500 farklı ürünle büyük bir ev mobilyası imparatorluğu yaratmıştır. Her yıl 560 milyondan fazla kişi IKEA'yı ziyaret eder ve şirketin 54 ülkede 1.380 satıcısı vardır. Her yıl 27 dilde 56 düzenlemeye 191 milyon IKEA katalogu basılır. Forbes Dergisi'nin 2008 dünya milyarderleri arasında Ingvar Kampard net 31 milyar dolar servetiyle en zengin yedinci iş adamıdır. Büyüklüğü ve başarısına rağmen IKEA eşsiz bir iş kültürü ve tutkulu inançlarıyla faaliyete devam ediyor. Bu inançlardan biri eşitliktir. IKEA düzenli olarak yöneticilerin mağaza içinde çalıştığı ya da kayıt aldığı anti bürokratik haftalar düzenler. Üst düzey yöneticisi bile bu etkinliğe katılır. IKEA deposunda yükleme ya da boşaltma yapar. Ingvar'ın IKEA'sı bir iş başarısından daha çok gerçek bir fenomendir.